

















## اطلاعات

هیچ زمان‌نویسی نه این که خوشنود نیست زمان نوشته او به نام دیگری چاپ شود بلکه حتی خوشنود نخواهد بود بدون حق مولف(کی‌رایت)، کتابش در کشور دیگر به چاپ برسداینک این کاپیه وجود دارد که در کشورهای غیرغربی «چالش انتقال کالی» تکنولوژیک، بدون انتقال دانش‌ارخ می‌دهد.

هیچ کشوری به راهزهای فناوری، به‌اسانی و بی‌هرزیه دست نیافته که بخودشان انزرا به آسانی در اختیار دیگران قرار دهد. بی گمان اگر کشورهای جهان سرّوم نیز در جایگاه آنان بودند، چنین می‌کردند؛ از دیگرسو، هیچ کشوری با مهندسی معکوس و کپی‌برداری و مونتاژ به جایی نخواهد رسید و مانند کشور چین، پورو خواهد بود و همیشه در آستانه اتهام «زدنی حقوق معنوی» که اینک امریکار بر آن‌ها وارد می‌کند.

موفقیت کشورهای پیشرفته جهان در سایه‌سار سرمایه‌گذاری در بخش پژوهش به وجود آمده است؛ این حقیقت از حجم گسترده پژوهش‌های علمی ـ سترگ در این کشورها یافتنی است.

**کام‌لک**

لک‌لک همیشه یک پایش در هوا است و دودل که گاهی که برداشته بر زمین بگذارد و پیش برود یا نه؛ وضعیت پژوهش در کشور ما نیز بی‌مانند به گام آونگ لک‌لک نیست؛ دولتیان

گرفت که به زندگی روزگاری‌اش خو کرده‌اند و دروندانش‌ها(استعداد) آنان رو به کاستی نهاده و بی‌هیچ گردنی و دلخوشی، روزگار می‌گذرانند و پیر می‌شوند.
در کانون‌های علمی، افزون بر نبود امکانات باید تنگ‌جشی، کارشنکی، رکشبردن،رقابت بر سر هیچ را نیز افزوده دادن پست و مقام در جهان، بر پایه درجه دانشمندی آسان‌هاست ولی در جهان‌سوم بر پایه رابطه‌ها و بستگی‌ها و فامیلی‌ها، پیشتر کار دانشگاه‌ها اینک پژوهش‌های درسی دانشجویی است؛ راه دیگری برای رفتن به خارج و ادامه تحصیل که ویژگی کاربردی در داخل کشور ندارد. دانشجویان از آن جایی که می‌دانند پژوهش در خارج کشور ارزشمند است، یک کار پژوهشی غیرسفرارش دست می‌گیرند که در ارزش‌اش تنها پیرباری پیشینه(رزومه) برای آنان خواهد بود.

حال آن که پژوهش، آبروی هر دانشگاه است و هم یک سنت دیرپاز در شرق؛ همه جان‌مایه سخن یک مسائنه همچو دانشگاه، باید پژوهش باشد. در دانشگاه‌ها باید بیش از سازمان‌ها به پژوهش توجه شود، ولی شوربخانه پشاهی ندارد و درها بی‌رنامه و بدون روزآمدیون بر پاشنه‌های لق می‌چرخد.

پژوهشی یکی از بنیادی‌ترین پدیده‌ها برای رسیدن به پیشرفت و توسعه همه‌سویه

«**بهروز آذینی پور** -مهندس مکانیکو پژو‌هشگر صنعت: «در کشور های رو به پیشرفت(از شماران کشور ما) آن‌گونه که باید پژو‌هش‌گر در زندگی روزانگی‌اش تأمین‌نیست

«**شاید پنداشته می‌شود که یگانه انگیزه دیر داختن به پژو‌هش و کنش‌وری در این زمینه، باید معنویت‌گرایی باشد اما کم اندیژ و هشگرانی که تنها به نیروی عشق، بار هزینه‌های سنگین به دوش می‌برند و ادامه کار می‌دهند به این امید که شاید روزی او روزگاری میو در نخ خود را بچینند**

«**دانشمندان کشور های جهان سوم، به سبب نبود بودجه، به سهم بسیار کوچکی از امکانات خوشنودند ولی همان امکانات اندک نیز فراهم نیست و چنین وضعی مگر افسوس به جانشانی گذارد**

بوجه اندکی برای پژوهش کنار می‌گذارند ولی در دلی وجود دارد که آن را بدهند به پژوهشگر یا نه.

از دیگر سو بیشترین پژوهش‌های ما به جای آن که هدف‌اش دگردیسی رو به بهبود در یک سامانه یا سیستم باشد، هدف‌اش پیشتر دگردیسی در موقعیت اجتماعی خود پژوهشگر است، شاید برای همین در پژوهش‌ها به جای این‌که نگره «آزموده کاران» پس‌زواک یابد، دیدگاه‌های اندیشمندان جهان یگانه با زیستگاه ما به چشم می‌زند.

ازبازی کنش‌وری پژوهشی در کشور، نشانگر سستی در این زمینه است. البته چالش‌ها هم بسیار است. بسیاری از دولت‌های جهان‌سومی، دانش نو را پدیده‌ای سرگرم‌کننده و نامدنی(حاشیه) به‌اندیش می‌کنند؛ اینگرخی از دولت‌ها(هرچند دیر) پیدار شده‌اند ولی خواب دیگر دولتهای جهان سوم همچنان ادامه دارد و نقش‌شان را در فرستادن دانشندان جوان به خارج برای آموختن دانش روز فراموش کرده‌اند.

دانشگاه‌ها که باید در پژوهش پیش‌ساز

بایسند روح نوآوری و پژوهش به سبب نبود امکانات- در آن‌ها افسرده است. پژوهشگران و

اندیشمندان و نابغه‌های دانش، می‌توان سراغ

گرفت که به زندگی روزگاری‌اش خو کرده‌اند و

دروندانش‌ها(استعداد) آنان رو به کاستی نهاده و

بی‌هیچ گردنی و دلخوشی، روزگار می‌گذرانند و

پیر می‌شوند.
در کانون‌های علمی، افزون بر نبود امکانات باید تنگ‌جشی، کارشنکی، رکشبردن،رقابت بر سر هیچ را نیز افزوده دادن پست و مقام در جهان، بر پایه درجه دانشمندی آسان‌هاست ولی در جهان‌سوم بر پایه رابطه‌ها و بستگی‌ها و فامیلی‌ها، پیشتر کار دانشگاه‌ها اینک پژوهش‌های درسی دانشجویی است؛ راه دیگری برای رفتن به خارج و ادامه تحصیل که ویژگی کاربردی در داخل کشور ندارد. دانشجویان از آن جایی که می‌دانند پژوهش در خارج کشور ارزشمند است، یک کار پژوهشی غیرسفرارش دست می‌گیرند که در ارزش‌اش تنها پیرباری پیشینه(رزومه) برای آنان خواهد بود.

وجود در قلمرو پژوهش، نبود یا کمبود پشتیبان است؛ برای برکشی(ارتقا) و پیشرفت جامعه باید جایگاهی که پژوهش اینک از آن برخوردار نیست، به آن داد و این کار مگر با کمک‌های مالی شذنی نیست. انجام پژوهش نیاز به شور درونی دارد، زیرا(در زمانه‌ای که بیشتر ارزش‌ها بر پایه تکنولوژی و دست‌اوردی، بی‌آن با موفقیت وارد بازار نخواهد شد. ایجاد پسرهایی برای دانش و تکنولوژی، افزون بر فراهم‌آوردن ارزش‌های اقتصادی و قابل توجه برای سازمان‌ها، به پیشرفت کلی کشور نیز خواهد انجامید.

نقش پژوهش در توسعه همه‌سویه و پایدار چنان برجسته است که می‌توان آن را نیروی جنبش و پوییش و توسعه در همه قلمروهای هنر، ادبیات، فرهنگ، اقتصاد، سیاست و جامعه‌شناسی

## گزارش

شکلی هدفمند گام بردارند. توجه به پژوهشگر یعنی توجه به دلس‌سوزان جامعه؛ با برپايند‌های پژوهش‌های کاربردی می‌تسوان در ویرایش برنامه‌های ناکارای جامعه نقش بنیادی ایفا کرد. بهروز آذینی پور- مهندس مکانیک و پژوهشگر صنعت: «در کشورهای رو به پیشرفت(از شمار کشور ما) آن‌گونه که باید پژوهش‌گر در زندگی روزگاری‌اش تأمین نیست. شاید پنداشته می‌شود که یگانه انگیزه پرداختن به پژوهش و کنش‌وری در این زمینه، باید

**پیشرفت، میوه پژو‌هش است**

## گزارش

کوشش زیاد در راه نیاز رزستی(معیشت) خانواده، شیره جان پژوهشگر را می‌مکد و برایش توانی گواه موفقیت‌ها در این زمینه بود. پژوهش‌های زیادی در کشور ما در قلمروهای گوناگون انجام می‌شود که نیاز است برای کاربردی‌شدن آن‌ها و پژوهش، پسرقت بیشتری خواهد داشت.»

**چونیت‌پژوهش**

پيامد نبود پشتیبانی، بی‌گسان از چونیت(کیفت) افتادن پژوهش‌هاست. یکی از ایرادهای پژوهش‌هایی که انجام می‌شود نبود

پژوهشگران، در برابر آنان دیوار می‌کشند. تا زمانی که پژوهش‌ها در ایران دولتی است، نمی‌توان گواه موفقیت‌ها در این زمینه بود. پژوهش‌های زیادی در کشور ما در قلمروهای گوناگون انجام می‌شود که نیاز است برای کاربردی‌شدن آن‌ها و پژوهش، پسرقت بیشتری خواهد داشت.»

**کارشناس‌سوم**

درباره تنگنای‌های پژوهش موجود در کشورهای رو به پیشرفت می‌توان از نبود سازو- کارهای فناوری نام برد. در جهان کنونی، پژوهش

برنامه‌های پژوهشی، ظرفیت‌های بومی از یکسو و نگاه به دگرگونی‌های جهانی از سوی دیگر را لحاظ کند. در کشور در مورد پژوهش کیفی با فراز و قله بسی فاصله است؛ پس باید زیاد کار کرد و در قلمرو سیستم‌سازی و ساختارگرایی برنامه ریخت، راهی مگر تولید علم وجود ندارد.

هر پژوهشی باید نژاده(اصیل) باشد به معنی کیفیّت در تولید علم. برای آسیب‌شناسی مقاله و پایان‌نامه باید به سراغ سیستم پژوهشی کشور رفت که با یک فنود(منطق) درست پیش نمی‌رود و همواره در پی کمیت بوده است و تنها به آمار بسنده می‌شود.

بهروز آذینی‌پور: «پژوهش‌ها باید از تئوری فراتر رود و به ناواری کارگاهی بینجامد. پشتیبانی از پژوهشگر در حقیقت پشتیبانی از کارآفرینی و تولید است. باید یک سامانه ادبیشگی همه‌سویه دولتی، کار پشتیبانی را پی گیرد تا چتر(حلقه) و زنجیر شکل بگیرد و ناواری و کارآفرینی و تولید و بازار و سراسجام رفاه اجتماعی را کنار هم بنشاند.»

**پیشرفت‌اریانات**

غری‌ها در یافت‌اند که مغز انسان به ماشین برنامه می‌دهد و در پیوندی نادیدنی از ماشین اهام می‌گیرد و می‌شکوفد و سرانجام به پیشرفت مغز مقاله و شاب، بنشند؛ چنین بود که رپوت، باری تاریخی شطرنج را از کاسپاروف برد. بر

## شماره

ششمهٔ خرداد ۱۳۹۷ - ۱۰ رمضان ۱۴۳۹ - ۲۶مهٔ ۲۰۱۸ - سال نود و دوم - شماره ۷۲۰۷

کشورهای پیشرفته جهان با پی‌بردن به اهمیت پژوهش و نقش آن در دست‌یافتن بر شیخ‌های فناوری، تا می‌توانند برای نوداشتمندان و نوپژوهشگران جهان‌سومی امتیازهای رفاهی فراهم می‌آورند.

همان‌گونه که گفته شد یک‌زمانی شرق خاستگاه دانش بود ولی اینک این پیش‌قراولی را از دست داده و چشمه جوشان دانش در غرب می‌جوشد و با شتابی فزاینده، رو به گسترش است و قدرت‌های بزرگ برای چیرگی بیشتر بر جهان، سهم خود را از آن بر می‌دارند.

کشورهای جهان‌سوم، همچنان مصرف‌کننده باقی مانده‌اند و مغزهاشان، چمدان پدمست راهی آرمان‌شهرهایی می‌شوند که نور امکانات شگفت، چشمشان را گرفته است؛ آنان راز موفقیت خود را در رفتن می‌بینند. جای دودلی نیست که پیشرفت فناوری(تکنولوژی) در جهان امروز بیشتر وادام مغزهای سرفکره از شرق است؛ مغزهایی که به هزاران روزنه ناشناخته دانش سرک می‌کشند و لیزر می‌سازند، برنامه‌ها و پروژهای فضایی را پیش می‌برند و برای کشورهای غربی افتخار علمی می‌فرستند.

بهروز آذینی پور: «کشورهای پیشرفته جهان، درآمد سسراه فراتر از چندین بیلیون دلار در سال دارند و اگر تنها چند درصد آن را برای پژوهش دانش روز هزینه کنند، سسر به سدها



## اطلاعات

## غروب ستاره زندگانی حضرت خدیجه (س)

**پردهٔ اول**
خوشبشید به طرف مغرب می‌خامید و از حرارت شش‌های داغ کاسته می‌شد، تا جایی که در سایهٔ خنک کعبه می‌شد نشست و گفتگو کرد. آن زمان صبح‌الاحرام، غیر از طواف کعبه و زیارت، مرکز اجتماع قبیایل مختلف، ملاقات‌ها، اطلاع‌رسانی و گفت‌های متفاوت مربوط به مسائل فردی و اجتماعی زندگی بود. یعنی افراد قوم و خویش و قبیایل مختلف عرب، جلسات و حلقه‌هایی تشکیل می‌دادند و علاوه بر خبرگیری و اطلاع‌رسانی، راجع به مسائل کاری و تجاری، قول و قرارها می‌تواند، خبرها و اجتماعی زندگی بود. یعنی افراد قوم و خویش و تصمیم‌گیری‌ها صورت می‌دادند.

در یک روز عیدله که گروهی از زنان قریش نزدیک کعبه دورهم نشستند و گفتگوهای شادمان زنانه داشتند و خدیجه(س) نیز در جمع آنان حضور یافته بود، یک مرد یهودی، که از عالمان و دانایان به برخی از مطالب کتاب «تورات» بود، در حالی که از کنار آنان می‌گذشت، خطاب به آنان گفت: به زودی از میان شما مردمان مکه، پیامبری به نام «احمد» می‌تواند، ظهور کند، این نکته را به خاطر بسپارید و هر کس از شما می‌تواند، خودرا به همسری او درآورد، زیرا این افتخار بزرگی است، که برای همیشه جویایان خواهد بود!

زنان حاضر، این سخن را بی‌پایه پنداشتند و به جای دقت در آن، هر یک با پرتاپ یک مشت رنگ به سوی آن عالم دینی او را از کنار خویش دور ساختند. ولی خدیجه(س) که زن فهیم و خرم‌مندی بود، این سخن را جدی گرفت و به خاطر سپرد، تا...

**پرده دوم**
خدیجه(س) که بانوی دانشمند، ثروتمند و با شخصیتی بود و به هنگام خواستگاری رجال معروف مکه به آنان جواب مثبت نداده بود، وقتی جناب ابوطالب (عبدمناف) عموی پیامبر(ص) برای تأمین مسایل مالی آن حضرت، پیشنهاد شراکت تجاری به صورت «مشاریه» با خدیجه(س) را به او داد، وی پذیرفت و با همراهی «میسره» کارگزار خدیجه(س) با کاروان تجاری به سوی سرزمین «شام» حرکت کردند. البته، این دومین سفر مسافری بود، که به شام بود زیرا وقتی آن حضرت هشت ساله‌بود، ابوطالب عمو و سرپرست وی به خاطر علاقه شدیدی که به او داشت، آن حضرت را در یک سفر تجاری همراه خویش به آن سرزمین برده بود و در آن سفر، قضایای فوق‌العاده‌ای هم رخ داده بود...

اسما، این‌بار، خدیجه(س) (محمد(ص)) را به خاطر درایت، روح امتداری و مهارت زیاد به سرپرستی کاروان تجاری خویش به شام اعزام داشتند، و آن حضرت با شهود سرشار، راه بازگشت به مکه را پیش گرفته است. آری، خدیجه(س) هر روز عصر، در ایوان بالا خانه خویش می‌نشستند و چشمش به دره ورود کاروان می‌دوزد، که انتظار به پایان می‌رسد، و از میان گرد و غبار دره، سواره شترها پیدا می‌شود و زنسگ خوش‌نوی آنان، گوش خدیجه(س) را نوازش و قلب نازنین او را آرامش می‌دهد.

**پرده سوم**
اصالت و شسرافت خانوادگی خدیجه(س) با قوم و خویشی با ابوطالب و محمد(ص) و اینکه آن بزرگوار به ۲۵ سالگی رسیده و نیاز به همسری شایسته دارد، موجب می‌گردد که ابوطالب پس از اعلام موافقت آن حضرت، با تعدادی از اعضای خانواده و گروهی از مردان قریش به خواستگاری خدیجه(س) به خانه «زرقین‌نوفل» یا عموی دیگر آن بانو «عمرین اسده» رهسپار گردند و پس از تعارف‌های مرسوم، خواستگاری رسمی را مطرح کند، و خدیجه(س) که در انتظار چنین روزی بود، با احترام به عموی خویش و بزرگان دیگر قبیله، اعلام رضایت کرد. آن گاه ابوطالب، پس از ستایش پروردگار کعبه و بیان اصالت خانوادگی و امتیازات پیامبر(ص) و اشاره به عظمت حضرت ابراهیم و اسماعیل(ع) بیان منزلت کعبه و حاکمیت آنان بر مردم آن سرزمین مقدس، خواستگاری از خدیجه(س)، به عمل آورد، خطبه خواند و در میان شادی و شغف حاضران، پیوند ازدواج برقرار گردید. سپس، با سرودخوانی و شادمانی و دادن ولیمه و غذای مفصل، جشن عروسی برگزار گردید و زندگی مشترک خدیجه(س) و محمد(ص) آغاز شد.

**پرده چهارم**
این زندگی مشترک، که به شادمانی فراوان آغاز شده بود، و مدت آن حدود ۲۵ سال ادامه یافت، از همان روزها، به خاطر حسادت‌ها، آزارها و کارشکنی‌های افرادی از قریش چون: ابوجهل و ابولهب و سایر کافران قریش، با سختی‌های درنذگی دست به گریبان گردید، تا جایی که هنگام زیارتان خدیجه(س) زنان قریش اعتصاب کردند و به یاری او نیاآمدند و پس از آن هم، کینه تیزان سبک دم را سنگ پرانی به خانه خدیجه(س) حتی در محل سکونت هم، از آن بانوی بزرگ سلب آسایش می‌کردند و رعب و وحشت به وجود می‌آوردند. آن حضرت خدیجه(س) که همه داریی و ثروت خویش را برای ترویج قبیله، کمک به نیازمندان و در اختیار پیامبر(ص) گذاشته بود، در پرتو ایمان استوار و اعتقاد عمیق به هدف آن حضرت، با کمال شجاعت و شهامت، تلخی سختی‌ها را به جان می‌خريد، پیامبر(ص) را یاری می‌کرد و حتی به دلداری و آرامش بخشی پیامبر(ص) نیز می‌پرداخت.

طبق معروف‌ترین روایات و متون تاریخی، حضرت خدیجه(س) برای پیامبر(ص) دو فرزند پسر، به نام‌های: قاسم و عبدالله و چهار دختر به نام‌های: زینب، رقیه، ام کلثوم و فاطمه(س)، به دنیا آورد، که فرزندان پسر در کودکی زندگی را در مکه بدردو گفتند، دختران نیز هر کدام سرگذشتی دارند، ولی فاطمه(س) که ۵ سال پس از بعثت در مکه چشم به جهان گشوده بود. معروف‌ترین آن با عظمت‌ترین فرزند حضرت خدیجه(س) و پیامبر(ص) است، که نسل آنان و استعمار مکتب پیامبر(ص) به وسیله این بانوی بزرگ، استمرار و گسترش یافته است.

**پرده پنجم**
از میان سختی‌ها و تلخی‌هایی که در زندگی مشترک با پیامبر(ص) بر جان و شکب حضرت خدیجه(س) وارد گشت، «محاصره» در شعب ابوطالب یا «پیچ بنی‌هاشم» بود. یعنی وضع آزارها و کارشکنی‌های مخالفان و دشمنان به این رسید، که حضرت خدیجه(س)، و زنان و مردان دیگری که اسلام آورده و گرد پیامبر(ص) جمع شده بودند، نتوانستند در مکه بمانند و برای حفظ عقیده و آرمان بلند خویش ناچار شدند، سر به بیابان و تن به آوری دهند و در دره‌ای بیرون مکه، بدون آب و غذای لازم و بستستر و سیسای مناسب، زیر آفتاب سوزان مکه، زندگی را، که مدت آن بیش از سه سال طول کشید، با سختی زیاد سپری کردند!» وضع محاصره دشگان در آن شعب، که خدیجه(س) نیز در کنار پیامبر(ص) حضور داشت، چنان سخت و مشقت بار بود و هرگونه ارتباط و معاشرت، داندو سنت آنان با مردم و باعلکس چنان دراز بود، که تاله و شیون کودکان آنان از گرسنگی از بیرون شعب شنیده می‌شد و گاهی شبانه اندکی خورابار و موادغذایی به وسیله برخی از بستگان به آنان می‌رسید. آری، برای خدیجه(س) که به عنوان یک زن ثروتمند، که در خانه بزرگ و رفاه زندگی به سر برده بود و خانه او محل مراجعه و مأمن درمادگان و نیازمندان بود و خلم و حشمت داشت، محاصره شدن در «شعب ابوطالب» که از اول محرم سال ششم بعثت تا اوایل ماه رجب سال دهم بعثت طول کشید، با توجه به این که از سن وی بیش از شصت‌سال می‌گذشت، این مدت بسیار درناک و رنج‌بار و غمناک و طاقت‌فرسا بود، که بالاخره سپری شد و محاصره پایان یافت!

**پرده ششم**
پس از پایان محاصره در «شعب ابوطالب» از آلام و رنج‌ها اندکی کاسته شد، رفاه نسبی به وجود آمد و خدیجه(س) بهتر و بیشتر می‌توانست پیامبر(ص) را برای ترویج و تبلیغ این مقدس سال ششم بعثت، که ثروتمند، که عمر بر بركت آن اول بانوی مجاهد اسلام به ۶۵ سالگی رسیده بود و در بستر بیماری قرار گرفت و در حدود دو ماه پس از خروج بنی‌هاشم از «شعب» و سه سال پیش از هجرت، وفات ابوطالب و سپس به فاصله سه روز، وفات خدیجه(س) در حالی از عمر رسول خدا(ص) ۹۸ سال و هشت ماه می‌گذشت، سوم یا دهم ماه رمضان سال دهم بعثت، در خانه خویش، که نزدیک مسجدالاحرام قرار داشت، چشم از جهان فرو بست و پیامبر(ص) یکپاره ای ابوطالب و خدیجه(س) را در قبرستان «بخجون» که بیرون مکه و در جانب شرقی مسجدالاحرام واقع شده بود، با عزت و عظمت به آغوش خاک سپرد. «و بدین‌سان، ستاره زندگی خدیجه(س)، غروب کرد. پیامبر(ص) به خاطر مصیبت از دست دادن ابوطالب و خدیجه(س) همسر خویش، که دو پشتیبان ثیرومند بودند، آن سال را«عالم‌الجزن» یعنی سال غم و اندوه نامید و می‌فرمود: تا ابوطالب زنده بود، قریش کمتر مرا آزار می‌دادند.»

سلام و درود ما و همه فرشتگان و اهل ایمان، نثار آنان باد.

**پی‌نوین:**

- ۱-الاصابه فی حجر عسقلانی، ج ۴، ص ۸۲.
- ۲-ابن هشام الکلبی، ج ۱، ص ۱۹۱.
- ۳-کلبی، کافی، ج ۵، ص ۳۷۴ ح ۵
- ۴-همان ص ۳۷۵ و مجلسی، بحارالانوار، ج ۱۶، ص ۱۵۱۶.
- ۵-ذیح‌الحجه سال ۲۵ و راجحین الشریع، ج ۲، ص ۲۵۲.
- ۶-عمرالوصفی، زندگانی حضرت فاطمه(س)، ص ۱۵۵.
- ۷-امجد صلفی اردستانی، فاطمه الگوی زن مسلمان، ص ۷۴.
- ۸-آری جیری، برجستگی پیامبر اسلام(ص)، ج ۷۲ و ۷۳.
- ۹-دک، همان ص ۱۵۵ و ۱۶۸.
- ۱۰-حدید عسقلانی، (الاصابه)، ج ۴، ص ۲۸۳.
- ۱۲-مجلسی،مجمع‌المفیدی، بحارالانوار، ج ۱۹، ص ۲۵ و ج ۲۲، ص ۳۳۰ و رک، حضرت خدیجه(س) اولین زن مسلمان، ص ۱۷۸

اشاره: ویلیام مونتهگمری وات (۲۰۰۶ – ۱۹۰۹)، استاد رشته زبان و ادبیات عربی و مطالعات اسلامی در دانشگاه ادینبورگ اسکاتلند بود. او برجسته‌ترین مفسر غیرمسلمان اسلام در غرب به حساب می‌آمد و تأثیر عظیمی در رنشتهٔ مطالعات اسلامی برای بر جای نهاد، به گونه‌ای که بسیاری از مسلمانان در سراسر دنیا با احترام از او یاد می‌کنند.

در اسکاتلند متولد شد. رسالهٔ دکتری‌اش را دربارهٔ «عبر و اختیار» در صدر اسلام» گذراند و چهار سال به تدریس فلسفه در دانشگاه اشتغال داشت. سپس به مطالعات بیشتر دربارهٔ اسلام علاقه‌مند شد. به عنوان یکی از دستیاران اسقف انگلیکن (واپسته به کلیسای پروتستان انگلیس) در بیت‌المقدس به پژوهش پرداخت. مونتهگمری‌وات در سال ۱۹۲۷ به سمت «رئیس بین مطالعات عربی و اسلامی» دانشگاه ادینبورگ برگزیده شد و سالها این سمت را حفظ کرد تا اینکه در اوایل دههٔ ۱۹۸۰ بازنشسته شد.

به اعتقاد مونتهگمری وات، اسلام دینی است توحیدی که بر پایهٔ وحی الهی به پیامبر واحد استوار است و به نظر می‌رسد که قرآن نیز می‌پذیرد که دیگر ادیان (خصوصاً یهودیت و مسیحیت) هم بر پایهٔ وحی الهی به پیامبر واحد استوار بوده‌اند. او معتقد است بازگشت به اسلام از ویژگی‌های مهم دو دههٔ اخیر است و یکی از جنبه‌های احیای اسلامی، طرد رسوم معین و پذیرفته شده از غرب است: نه ربا، نه مشروب و نه لباس غربی برای زنان؛ اما نباید چنین مواردی را اساساً ضد غربی یا ضدمسیحی تلقی کرد، بلکه باید آن‌را هراوخاھی از عقاید اسلامی و زندگی معاصر مسلمانان دانست. مسلمانان به احیای اسلام، احتمالاً با تکیه بر پیوندها ناخودآگاه، اصرار دارند که با آنان، از نظر انسانی و مذهبی چنان رفتار شود که با غربیان و مسیحیان رفتار می‌شود؛ اما دستیابی به این خواستهٔ ششوار است، زیرا مسیحیان فکر می‌کنند مذهبشان از مذاهب دیگر برتر است.

به نظر وات در چارچوب احیای اسلامی و به‌رغم قوت گرفتن بنیادگرایی در این سنر و آن سو، در میان برخی از گروه‌های مسلمان، علائمی از حرکت به سوی گفت‌و شنود با سایر ادیان و به‌ویژه مسیحیت دیده می‌شود. به استفادهٔ وی شاید برخی از مسیحیان احساس کنند که شرکت در گفتگو به معنای سرپیچی از حکم مسیح است که گفته: «جمع خلائق را به انجیل موعظه کنید»؛ اما این احساس مبنای درستی ندارد. در تباثل نظر، هر طرف، مذهب دیگری را تصدیق می‌کند و شرکت در گفتگو، در واقع اعلام این تصدیق است. از مونتهگمری وات آثار متعددی بر محور احیای نشانی باقی‌مانده است که می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- محمد(ص) در مکه، ۱۹۵۳
- ایمان و عمل غزالی، ۱۹۵۳
- محمد(ص) پیامبر و سیاستمدار، ۱۹۶۴
- تاریخ اسپانیای اسلامی، ۱۹۶۵
- اندیشهٔ سیاسی در اسلام، ۱۹۶۸
- تأثیر اسلام بر اروپای قرن وسطا، ۱۹۷۲
- دورهٔ شکل‌گیری اندیشهٔ اسلامی، ۱۹۷۳
- اسلام و مسیحیت جدید، ۱۹۸۲
- تاریخ مکه براساس قرآن، ۱۹۸۸
- بنیادگرایی و نوگرایی اسلامی، ۱۹۸۸
- اسلام نخستین، ۱۹۹۱
- برخورد اسلام و مسیحیت، ۱۹۹۱
- بخشی از مجلهٔ دنیای مسلمان (شمارهٔ ۶۲، سال ۱۹۵۲) با عنوان «نامش احمد است»
- فصلی از کتاب «جنگ مقدس» به ویراستاری توماس پاتریک مورفی، ۱۹۷۶ با عنوان «مفاهیم اسلامی گفتگوی زیر را بشیرمان و آستیر مکتبشانش انجام داده‌اند و در تابستان سال ۲۰۰۰ در نشریهٔ The Coracle به چاپ رسیده است.

\*\*\*
**پروفسور وات، چگونه به اسلام و مسیحیت علاقه‌مند شدید؟**

در دانشگاه ادینبورگ دروس سنتی می‌خواندم و در دانشگاه اسکسفورد، فلسفه و تاریخ باستان خوانده بودم. از سال ۱۹۳۴ تا سال ۱۹۳۸ در دانشگاه ادینبورگ به چاپ رسیده است.

### اگر ایران به آمریکا می‌گوید «شیطان بزرگ»، به خاطر مسیحی بودن این کشور نیست. آمریکا در قبال خاورمیانه، سیاست خطرناکی در پیش گرفته است. آمریکا باید نسبت به اسرائیل سختگیرتر باشد وگرنه اوضاع خاورمیانه همچنان خطرناک خواهد بود

فلسفهٔ اخلاق خواندم. در سال ۱۹۳۷ هنگامی که مادرم در فانی را وداع گفت، از یک مسلمان هندی (بعدا پاکستانی) خواستم که به عنوان مستاجر مهمان به خانام بیایند. در کارهای خانه کمک حالم باشند. خواجه عبدالمنان دانشجوی دامپزشکی بود. در آن زمان بیست سال داشت و عضو جامعهٔ احمدیه بود؛ اما بعدها که سهرنگه ارش پیکانش شد، مجبور شد از آن جامعه جدا شود. منان یک مسلمان اهل جدل بود و بحث و گفتگوهای ماه زمان صرف صبحانه و شام، مرا به اسلام علاقه‌مند ساخت. فکر می‌کنم هنوز زنده است و در لاهور زندگی می‌کند.

## معارف

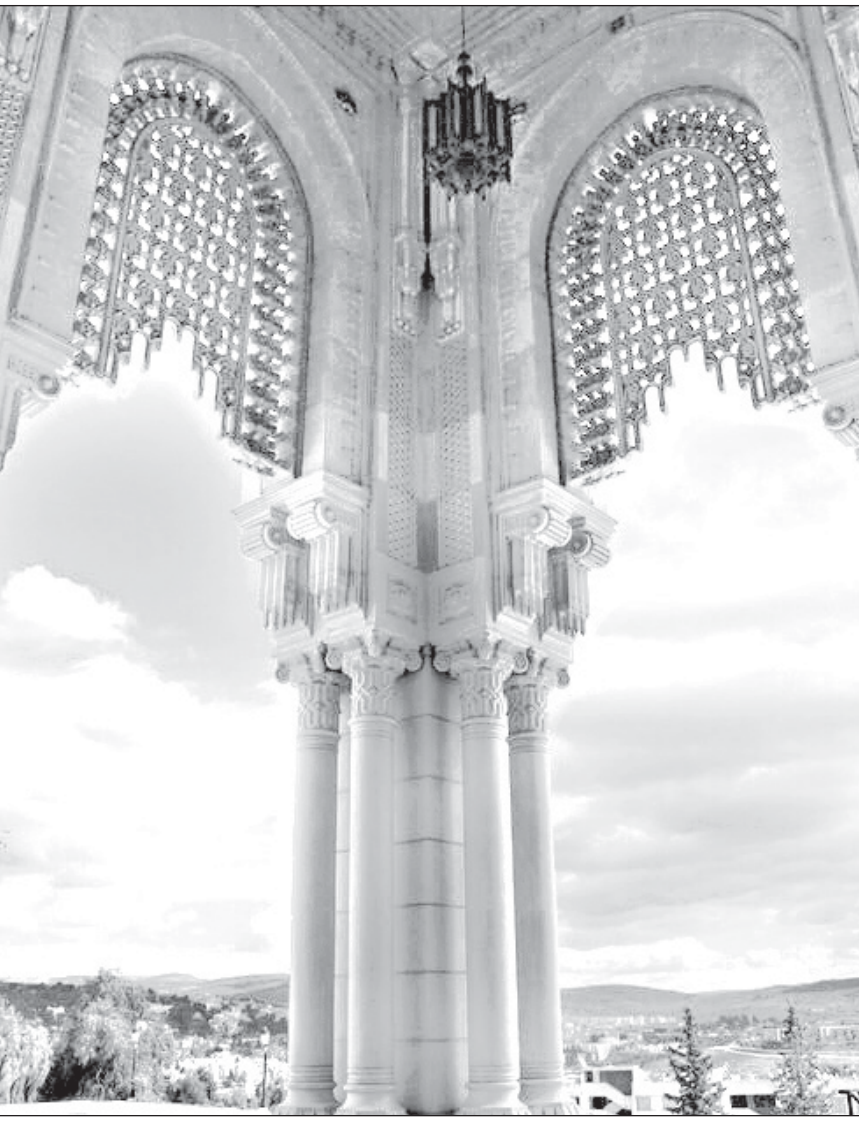
## منابع

وقتی شنیدم که اسقف انگلیکن در بیت‌المقدس در پی کسی است که در حوزهٔ روابط اسلام و مسیحیت به فعالیت بپردازد، درخواست‌ا را برای پذیرش آن سمت مطرح کردم. پس از مطالعهٔ الهیات و انتصاب به کنشینی، در لندن به آموزش زبان و ادبیات عربی پرداختم. سالهای ۱۹۴۱ و ۱۹۴۳ در ادینبورگ دورهٔ دکتری را دربارهٔ «عبر و اختیار در آغاز اسلام» گذراندم. استاد راهنمایم، ریچارد بل بود که ترجمهٔ قرآنش مشهور است. بین سالهای ۱۹۴۴ و ۱۹۶۶ در فلسطین و تحت نظر اسقف بیت‌المقدس به کار پرداختم. امیدوار بودم که با مسلمانان به گفتگو بپردازم؛ اما معلوم شد که بیت‌المقدس، برای تماس با مسلمانان روشنفکر، جای خوبی نیست.

در سال ۱۹۴۶ مسائل دشواری پیش رویم قرار گرفت. در جریان انفجار هتل کینگ دیوید یکی از

# همدلی از همزبانی خوشر است

**گفتگو با ویلیام مونتهگمری وات**



دوستستان را از دست دادم و هنگامی که آنجا را ترک گفتم، تصمیم گرفتم که دیگر بدانجا بازنگردم. در سال ۱۹۲۷ به ریاست گروه مطالعات عربی و اسلامی در دانشگاه ادینبورگ منصوب شدم و در زمان بازنشستگی در سال ۱۹۷۹ و در ۷۰ سالگی همانجا مشغول فعالیت بودم. در سال ۱۹۶۲ به درجهٔ استادی رسیدم؛ اما همچنان در کلیسای اسقفی اسکاتلند کنشش بودم و اکنون مشغول نگارش کتابی دربارهٔ «ایمان مسیحی در جهان جدید» هستم.

شما زندگی خود را به گفتگوی بین اسلام و مسیحیت اختصاص داده‌اید. چرا این مسئله ایتقدر برایتان مهم بوده؟
در سال ۱۸۰۰، زمانی که فعالیت‌های تبلیغی شدت یافته و در جریان بود، ایده‌آل این بود که به بخشهای غیرمسیحی جهان برویم و دیگران را مسیحی کنیم. آن زمان برخی از مسیحیچان هنوز هم همین است و واقعیت این بود که در میان کسانی که تغییر کیش داده بودند، عدد بسیار اندکی مسلمان بودند. تبلیغات مذهبی قرن ۱۹، دسترس‌های مثبت ادیان دیگر، در پیش رو قرار دادن زندگی معنادر و تساهل مدار را به رسمیت نمی‌شناختند. در آن سالها بسیاری از دوستانم را از میان مسلمانان انتخاب کردم و اتفاقاً برخی از آنها مقام و موقعیت پرنفوذی داشته یا دارند. این اشخاص عمیقاً از خود خود تأثیر پذیرفته‌اند و کارهای بسیار مهمی انجام داده‌اند، نه تنها برای همدنیان خود، بلکه برای جوامع دیگر.

من می‌پذیرم که تغییر کیش گاه برای رشد و سلاست روحی یک فرد ضروری است، اما دانشاتانی هم وجود دارد. به همین دلیل، برای اینکه بتوانم آینده

را در افقهای بهتری درک کنم، لازم بود که برای برقرار گفتگوی بین اسلام و مسیحیت پیش تلاش کنم؛ زیرا معتقدم دو چیز هست که پیروان هر دو دین را تهدید می‌کند: سکولاریزم و ماتریالیسم.

بسیاری از غربی‌ها محبت و ارزش گفتگو با اسلام را زیر سؤال برده‌اند؛ برای مثال آنها شریعت را ظالمانه می‌دانند، فکر می‌کنند این امر حقیقت دارد؟
«عهد عتیق» هم با مجازات‌هایی متنبه آنچه در ققه اسلامی آمده مواجه می‌شویم؛ مثلاً در عبارت ۲۵ «سفر تنبیه» از قطع دست زنان سخن رفته است. چنین مجازات‌هایی در برخی جوامع و برخی زمان‌ها مناسب بوده؛ اما به موازات پیشرفت جوامع و برقراری صلح و نظم، دیگر کاربردی ندارند و همه جا هم اجرا نمی‌شود. اگر دالما یک‌دیکر

**درباره جهاد در مقابل جنگهای صلیبی چه می‌گویید؟**
**ملا ترورسسم هم**
**غیر اسلامی است و غیرمسیحی، اما در جوامع افراتی مثل مصر یا ایرلند شمالی توجیهاتی برای آن مطرح می‌کنند. آیا خشونت می‌تواند بخشی از دین باشد؟**

فکر می‌کنم بنیادگرایی در دین، چیزی به جز اصل آن دین است.

اما بگلزارید از «عهد عتیق» خودمان مثالی بیاریم. این کتاب مرا بسیار متعجب می‌سازد؛ زیرا بخش معتناهی از آن غیرمسیحی است. هم هر روز قطعه‌ای از آن را می‌خوانم و هرچه بیشترمطالعه می‌کنم، بیشتر به این نکته پی می‌برم. این مسئلهٔ بسیار مهمی است که از خلال برخی ترجمه‌ها به دست نمی‌آید. در ترجمه، مفهوم اصلی از دست می‌رود. کتاب مقدس «تورولیم» که از آن استفاده می‌کنم، از عبارت «تقرین یابودی» استفاده می‌کند و این در مورد شهرهایی به کار می‌رود که عبریان در هنگام ورود به فلسطین با آنها مواجه شدند. آنها به هر کسسی که برمی‌خوردند، او را می‌کشتند: مردان، زنان، کودکان و حتی گله حیوانات! در آیهٔ ششم از اکتاب یوشع، می‌خوانیم که این مسئله در مورد روحا هم اتفاق افتاده و تقریباً در ده دواوده شهر دیگر، نفرین نابودی متحقق شده است. مثال‌های دیگری هم هست، اینجا دقیقاً غیرمسیحی هستند.

**مسیحیت به طور کلی دینی ضدجنگ است. اگرچه درگذشتهٔ مسیحیان از جنگ دفاع می‌کردند. در کنار این امور، فکر می‌کنم اسلام نیز اساساً ضدمسیحی نیست، اما برخی از افراتیون چنین دیدگاهی اتخاذ کرده‌اند.**

چند سال پیش، بعد از جنگ خلیج فارس، در کلیسای ملی آشتی در ادینبورگ همایشی رسمی میان مسلمانان و مسیحیان اسکانند برگزار شد. رهبران کلیسای اسکاتلند از خواستهٔ دولت مبنی بر این که این کلیسا را «شکرگزاری» بنامند، امتناع ورزیدند و این عوض آن را کلیسای «آشتی» نامیدند. یکی از جلسات با اذان مغرب هم‌زمان شد. اینبا مسلمانان فکر کردند که این ماجرا مانع از شرکت آنان در جلسه خواهد بود؛ اما در نهایت، برای جلوگیری از هر گونه مشکلی، نماز خود را در کلیسای جامع سن‌ژیل، در مقابل محراب و درحالی که جماعت مسیحی خاموش ایستاده بود، برگزار کردند. هفتهٔ بعد مسیحیان در مسجد و مرکز اسلامی گلاسکو به عبادت پرداختند. این بازتابی از سنت محمد(ص) است. او به هیأت مسیحی [نجران] اجازه داد که در هنگام نماز، در مسجد با وی دیدار کنند. چنین رویدادی در اسکاتلند مدرن، حتی پس از وقوع یک جنگ، نشان‌دهندهٔ آن است که دین بی‌تواند زخمهای جنگ را الترم نماید؛ بنابراین مطمئناً فکر نمی‌کنم که غرب با اسلام درگیر یک جنگ یا جهاد شده است، هرچند اگر به بنیادگراها میدان بدهیم، چنین می‌کنند.

## اسلام در زمانی ظهور کرد که وضعیت زنان وحشتناک بود. آنها حقی بر ثروت و دارایی خود نداشتند و اصلاً خودشان جزء دارایی‌های مرد به حساب می‌آمدند. پیامبر(ص) تاحد بسیار زیادی اوضاع را بهبود بخشید. در چنین بستر تاریخی، او بر حق زنان گواهی داد

اگر ایران به آمریکا می‌گوید «شیطان بزرگ»، به خاطر مسیحی بودن این کشور نیست. آمریکا در قبال خاورمیانه، سیاست خطرناکی در پیش گرفته است. اصل ماجرا به این برمی‌گردد که آمریکا از اسرائیل حمایت می‌کند. به این کشور اجازه می‌دهد که سلاح‌های اتمی داشته باشد، گرچه این کار برخلاف شریعت یهود است. خانواده‌های یهودی خانهٔ مسلمانان را اشغال کرده‌اند؛ این زدوی است. یهودی‌ها باید نسبت به اسرائیل سختگیرتر باشند و فشار بیشتری وارد کند، اگرچه به دلیل وجود گروه‌های فشار (لابی) درآمرتند یهودی کار دشواری را برای کار کرد ایجاد شود، اوضاع خاورمیانه همچنان خطرناک خواهد بود؛ اما اگر سه دین ابراهیمی یهودیت، مسیحیت و اسلام به سخنان خدا دربارهٔ زندگی با یکدیگر احترام بیشتری بگذارند، این خطر احتمالاً کم خواهد شد.

## ادامه دارد

شنبه ۵ خرداد ۱۳۹۷ - ۱۰ رمضان ۱۴۳۹ - ۲۶ - ۲۸ سال نود و دوم - شماره ۱۲ - ۲۷۰

## ای دعا از تو، اجابت هم ز تو...

**ترجمه استاد کریم زمانی از دعای ابوحمزه ثمالی بخش پنجم**



سورود از درگاه تو چیزی خواهم که سروار آن نی؛ ولی تو خود سوارا تقوا و آمزشی: بر من آمزش آر و از لطفت جامه‌ای بر من پوشان که زشتی‌هام بپوشاند؛ چنان که یکسره همه آنها را بیامرزم و دیگر بدانها مواخذه نشوم؛ که تویی دارندهٔ بخشش دیرین و چشمپوشی بزرگ و گذشت بزرگوارانه.

**ای پروردگار جهانیان**
عبود، تویی آن که عطای خویش دهی بر آن که خواستهٔ نکرده و حتی آن را بر منکران مقام پروردگاری‌ات نیز فرو باری؛ چه رسد به آن کس که از تو خواهش کرده و بفین دارد که آفرینش از آن تو و فرمان به دست توست ای سرورم.

مبارک و برتری، ای پروردگار جهانیان!
سورود نیاز سخت، بنده‌ات را به درگاهت آورده و در پیشگاهت به پا داشته است؛ با دعایی در احسانت می‌گوید. پس روی بزرگوارت را از من مگردان و آنچه می‌گویم از من بپذیر؛ زیرا من تو را بدین دعا خواندم و امیدوارم آن‌سان که مهرنابی و رحمت را شستاختام، مرا از درگاهت مرانی.

عبود، تویی که طلب‌کننده‌ات تو را تنگ‌دست نگرداند و رسیده به نعمت‌هایت چیزی از تو نکاهد؛ چنانی که خود گویی و برتری از آنچه ما گوییم.

خدانودا، از تو صبری جمیل و گشایشی نزدیک و گفتاری راست و پادشای بزرگ خواهم.

پروردگارا، از تو همه خوبی‌ها را خواهند؛ آنچه شناسم و آنچه نشناسم.

از تسو خواهم- ای خدا، بهترین چیزی که بندگان شایسته‌ات خواهند.

ای بهترین درخواست‌شدگان و ای بخشنده‌ترین بخشندگان، خواسته‌ام را در مورد خودم و همسر و پدر و مادر و فرزندان و بستگان و واردان دینی‌م برآور؛

و زندگی‌ام به کام گردان و جوانمردام آشکار و همه احوالم به سامان آور و مرا در شمار کسانی قرار ده که عمرشان را دراز و کردارشان را نیک گردانیدی، و نعمت خود را بر آنان تمام کردی و از آنان خشود گشتی و حیاتی پاک به آنان بخشیدی، در پایدارترین خوشی و فراخ‌ترین کرامت و کاملترین زندگانی؛ که همانا کنی هر چه خواهی و نکنی هر چه دیگری خواهد.

**ذکر مخصوص**
خدانودا، به ذکر مخصوصت، خاصم گردان و چنانم مگردان که هر چه در لحظات روزان و شبان، وسیله تقرب به درگاهت قرار دهم، آن را به خودنمای و شهرت‌طلبی و سرکشی و ناسپاسی بیالایم، و مرا در شمار فروزان درگاهت قرار ده.
خدانودا، عطایم کن:
فراوانی روزگی، و امنیت در وطن، و روشنی چشم در خانواده و دارایی و فرزند، و پایداري در نعمت‌هایی که به من دادی، و تندرستی در جسم و نیرومندی در بدن و سلامت در دین. و تا زندام، مرا بر طاعت خود و رسولت محمد - درود خدا بر او و خاندانش باد - قرار ده،
و مرا از فروزدارترین بندگان گردان در هر خیری که فروفرستادی و در ماه رمضان به شب قدر فروفرستی،
و رحمتی که در روزی که در سال فروفرستی و پرانکده کنی؛ و عاقبتی که بپوشانی، و بلائی که بگردانی، و نکویی‌هایی که بپذیری، و بدیهایی که درگذرنی؛ و روزگام گردان زیارت خانه محترمت را در این سال و هر سال؛ و دروایم کن زرقی فراوان از فضل گسترده‌ات.
سورود، بدی و نیک در من بگردان،
و قرض و مظلم‌ام فرا تما از آن آزرده نشوم؛ و چشم و گوش دشمنان و حسودان و ستمکاران را بر من فروبند و مرا بر آن باری ده،
و چشم‌نام روشن و دلم شادمان گردان،
و اندوه و گرفتاری‌ام گشای و گریزگاهی برایم قرار ده؛ و هر یک از آفریدگانت بسد من خواهد، زیر پام نه [خوارش گردان و مقهور من کن].
از شرّ شیطان و شرّ سلطان و زشتی کردارم درایم ده.
و از همه گناهان پاکم ساز،
و با عفت و آتش پناهم ده،
و با مهرت به بهشت پناهم ساز،
و به فضلت خوربان بهشتی را به همسرایم درآر،
و مرا برسران به دوستان شایسته‌ات: محمد و خاندان نیک او که پاک و پاکیزه و برگزیدگانند. درودهای تو بر آنان و جسم و جانشان باد و رحمت خدا و بر اکت او.

## ادامه دارد

اگر الف نود چیزی نبود. پس اصل الکلماt و الحروف مقطعه و مفصله و منفصله الف است. باباطاهر عریان شعری دارد که:
دل گفت: مرا علم لدنی هوار است

تعلیم کن: اگر تو را دسترس است
گفتم که: «الف»، گفت: درگر؟ گفتم: هیچ
درخانه‌اگر کسی است، یک حرف پس است
من اگر همین الف با بفهمم، همه حروف را می‌فهمم. اگر حروف را هم بفهمم، همه حجمات را می‌فهمم. اما الف را چه کسی می‌فهمد؟ به همین جهت باباطاهر درباره توضیح می‌دهد که:
هر هزار سال یکمرتبه، یک الف تقلدی می‌دهد. و «الف» را به مردم یاد می‌دهد: «به هر الفی، الفقداری آری‌اید. الف یعنی هزار سال. پس، در هر هزارسال، یک فرد می‌آید که حاوی «الف» است.

ما من مکرر امم زمان که حضرت، نگاهمان به (ظهور) نیست! استم که نیتیم، حجت<sup>(۲)</sup> به الفادنی است که ظهور خواهد کرد. قبل از آن حضرت، انبیا آمده‌اند و هر سال، حروفی که نفر می‌آید، اجلا الفقدنی وجود دارد که بشسر را تعلیم خواهد داد. من سبیل را گفتم.

**جالب است که دومین سوره قرآن، ابتدایش «الف لام میم» است و اصل حروف مقطعه هم الف است.**

درست است. اولین کلمه مقطعه قرآن در سوره بقره است. تازه خود سوره حمد هم که اولین سوره است، با الف شروع می‌شود: «الحمدلله». اولین سوره قرآن که (احمد) است، با الف می‌گوسیم همه قرآن در کلمات مقطعه خلاصه می‌شود و کلمات مقطعه، در الف همه اینها که به الف آمد، با الف قطع آغاز می‌شود و آن نقطه، نقطه زیر یابی «بسم الله» است که حضرت امیر<sup>(۳)</sup> فرمود: «انا نقطه تحت الباء». درود به روان پاک حضرت مولا! نقطه مظهر بساطت حق تعالی است. می‌شود و حروف و الف تشکیلی می‌شود.

است و خط پایان سطح و سطح پایان عمق. سرانجام اگر تا آخر بروید، به نقطه می‌رسید. پایان پایانه نقطه است و آغاز آغازها در عالم بُعد، گفت: مرا علم لدنی هوار است

ما تاگیر باید به بسط برویم. «نقطه»، برخ بین عالم غیب و عالم جسم است. آغاز عالم بُعد، نقطه است. خود نقطه بُعد ندارد، ولی در عین حال، بُعدها را می‌سازد. امتداد نقطه هم بُعد است که خودش، هم اینچاست هم به جای دیگر. هم آن را نمی‌بینیم، هم در این عالم نیست. اما خود نقطه از کجا می‌آید؟

**یک جایی باید باشد که از آنجا بیاید.**
حتما چنین جایی هست. نقطه ما را با خودش به عالم دیگری می‌برد. نقطه، پایان عالم مجردات است و آغاز عالم اجسام. ببینید که از مرکب و بسط بودن و بازگرداندن مقاطعات به بساطت، به کجا رسیدیم. با نظر به آنچه گفتیم، قرآن کریم ما را به نقطه نبرده بلکه به حروف مقطعه برده است تا وقتی آیات و جملات قرآن کریم را می‌خوانیم، بفهمیم که از حروف تشکیلی شده است.

به دیگر سخن، قرآن سا را تا حروف برده است...

اما از حروف به بعد و از بسط به بسط‌تر از خودمسان باید برویم. ما تا حروف رفتیم و

اصل حروف را هم «الف» نامیده‌اند. الهایه، قرآن کتابی است که از حروف تشکیلی شده است. بعضی از این حروف را می‌توانیم در مقاطعات قرآن ببینیم. خلاص من می‌رسیم: این حروف مقطعه

از چه چیزی تشکیل شده‌اند؟

الف: الف از هم خط تشکیلی شده است.

الف از هم تشکیلی قطعه شده که در اصل یک خط است، خطی عمودی. پس، الف اصل همه حروف است.

واعلا هم همین‌طور است، چون اگر آن را خم می‌شود، به هم‌طور هورف...

پس تمام جملات، از حروف تشکیلی می‌شود و حروف و الف تشکیلی می‌شود.



## اطلاعات

کارشناسان صنعت حمل و نقل معتقدند اگرچه ایبرن ظرفیت بالقوه ای برای ارتقاء دارد اما به دلایلی چون وجود قوانین و دستگاه‌های ذی ربط متعدد، زمان حمل از مسیر ایران برای صاحب کالا به صرفه نیست.

به گزارش مهر، کشورمان به دلیل همجواری آبی – خاکی با ۱۵کشور و جمعیتی قریب به ۸۴۰۰۰۰۰۰میلیون نفر دراطراف خود بصورت بالقوه بالاترین ظرفیت را برای ترانزیت درون منطقه ای داراست. همچنین کشورمان به دلیل قرار گرفتن در جنوب دریای خزر و وضعیت آب و هوایی گرمسیری نسبت به کشورهای واقع در شمال، شرق و غرب ایسن دریاچه که می تواند انتقال کالا را راحت تر کند، بهترین مسیر برای عبور کالا از کشورهای تولیدکننده در شرق جهان (چین و شبه قاره هند) به کشورهای مصرف کننده در اروپا است؛ وضعیت مشابهی (از نظر استراتژیک بودن کشورمان) هم در خلیج فارس و ورودی اقیانوس هند داریم که در میان کشورهای تولیدکننده نفت در غرب آسیا، کم نظیر یا حتی بی نظیر محسوب می شود.

گفتنی است:توسعه ترانزیت و اتصال شبکه ایجاد ۱۰ کریدور شمال – جنوب و شرق – غرب به طول ۲۱ هزار کیلومتر، از مهم ترین برنامه های وزارت راه و شهرسازی در طرح جامع حمل و نقل است.

وزارت راه و شهرسازی در طرح بزرگ توسعه راه های مواصلاتی کشور به دنبال تسهیل تردد کالا و مسافر از این ۱۰ کریدور است تا جمهوری اسلامی ایران در ثبات اقتصادی و امنیتی منطقه بتواند بیشتر ایفای نقش کند.

در طرح جامع حمل و نقل کشور قرار است نخستین کریدور مهم کشور به طول ۱۹۲۰ کیلومتر از منطقه گواتر در جنوب شرقی ایران آغاز و پس از گذر از جاسک، بندرعباس، بندرلنگه و بندر بوشهر به هندیچان و بندر آبادان و خرمشهر منتهی می شود.

کریدور ششماره ۲ هم به طول ۸۲۵ کیلومتر از منطقه مرکزی ایران از تهران، آغاز و با گذر از ساوه و کرمانشاه به مرز خسروی می رسد و اکنون برای آماده شدن این کریدور در غرب کشور، ۱۰۵ سومین کریدور مهم کشور به طول یک هزار و ۹۴۰ از منطقه بازرگان در شمال غربی ایران آغاز و با گذر از تبریز، زنجان، قزوین، آبیک، آزاد راه کنارگذر جنوبی تهران به قم می رسسد و در ادامه از گرمسار، سمنان، شاهرود، سبزوار به مشهد منتهی می شودد که این کریدور در ترانزیت کالا از اروپا به شرق ایران و افغانستان می تواند نقش مهمی را ایفا کند.

وزیر راه و شهرسازی با توجه به اهمیت این کریدورهای ۱۰ گانه در تسهیل حمل و نقل کشور و منطقه گفته است: براساس طرح جامع حمل و نقل، این کریدورها برای اتصال مناطق مختلف کشور، تعریف و هزینه ۶۰ هزار میلیارد تومانی برای آن برآورده شده است.

عباس اخوندی،می افزاید:با احتساب کریدورهای درجه دوم و سوم در طرح جامع حمل و نقل در مجموع به ۱۰۰ هزار میلیارد تومان سرمایه گذاری نیاز است تا این پروژه مهم بخش حمل و نقل در کشور عملی شود.

وی از ارزش سرمایه گذاری کشور را نزدیک به ۲۰۰ هزار میلیارد تومان اعلام کرده و می افزاید: کشور ۹۵ درصد جابه جایی ها در کشور از طریق جاده‌ها انجام می شود که شامل ۳۵ هزار کیلومتر راه‌های شترانی، ۴۶ هزار کیلومتر راه‌های اصلی و فرعی و ۱۰۰ هزار کیلومتر راه روستایی است.

ناگفته نماند:جمهوری اسلامی ایران به دلیل موقعیت استراتژیک خود در چهارراه کریدوری جهان قرار گرفته است و کریدورهای شمال – جنوب، شرق – غرب، جنوب آسیا و تراسیکا چهار کریدور مهم ارتباطی جهان هستند که بخشی از آنها از ایران می گذرد.

«تراسیکا» کریدوری بین‌المللی است که آسیا را به اروپا متصل می کند؛ اعضای آن همی در کشورهای بلغارستان، اوکراین، رومانی، مولداوی و ترکیه در حاشیه دریای سیاه و گرجستان، ارمنستان و جمهوری آذربایجان در منطقه قفقاز و ترکمنستان، قزاقستان، ازبکستان، تاجیکستان و قرقیزستان در آسیای میانه هستند که در سال ۱۳۸۸ جمهوری اسلامی ایران به‌عنوان چهاردهمین کشور عضو این کریدور شناخته شد.

کریدور ششماره چهار کشور به طول ۲ هزار و ۹۵۲ کیلومتر از بستان آباد در استان آذربایجان شرقی آغاز و پس از گذر از سراب، اردبیل، استارا، رشت، ساری، گرگان، بجنورد، قوچان و مشهد به سرخس می رسد و یکی از طولانی ترین مسیرها در کریدور غرب به شرق ایران است.

پنجمین کریدور مواصلاتی کشور به طول ۲ هزار و ۱۳۰ کیلومتر از مشهد آغاز می شود و در ادامه از طریق تربت حیدریه، گناباد، بیرجند، نهبندان، اهدان به ایرانشهر و سپس به بندرچابهار

در جنوب شرقی ایران می رسد؛ این کریدور هم در محور شرقی می تواند در ترانزیت کالا و مسافر و افزایش درآمد‌های ارز از ایران به کشورهای آسیای میانه و افغانستان نقش آفرینی کند.

در این طرح، کریدور ششماره ۶ به طول ۲ هزار و ۵۸۱ کیلومتر از فیض آباد، بجنستان و دیهوک آغاز و در ادامه به کرمان (باغین) و سپس به بم و ایرانشهر منتهی می شود و یکی از طولانی ترین کریدورهای ۱۰ گانه کشور است.

هفتمین کریدور ایران به طول ۲ هزار و ۸۹۳ کیلومتر از تهران آغاز می شود و پس از گذر از قم، کاشان، نائین، یزد، شهر بابک، سیرجان و بندرعباس در محور مرکزی ایران برای تسهیل جابجایی کالا و مسافر اهمیت زیادی دارد و یکی از پرترددترین مسیر وسایل نقلیه است.

معاون وزیر راه و شهرسازی و مدیرعامل شرکت ساخت و توسعه زیربناهای حمل و نقل معتقد است: این ۱۰ کریدور براساس طرح جامع حمل و نقل، شرایط اصلی توسعه ترانزیت کشورند که به عنوان اولویت‌های توسعه زیرساخت‌های حمل و نقل جاده‌ای از سوی وزارت راه و شهرسازی و شرکت ساخت در دست تکمیل است.

خیرالله خادمی یادآوری می‌شود: مرزهای زمینی آستارا، سرخس و بازرگان در شمال شرق و شمال غرب، شلمچه، بوشهر و چابهار در جنوب شرق و جنوب غرب، مرز دوغانرود در شرق و مهران و قصرشیرین در غرب کشور، مبدأ و مقصد این کریدورهای ۱۰گانه هستند.

اکنون بیش از سه هزار و ۶۰۰ کیلومتر از این کریدورها در حال تکمیل است و ۴۸۵ کیلومتر آنها هم پارسال به بهره‌برداری رسیده و در مجموع بیش از ۱۲هزار کیلومتر آن تا سال ۱۳۹۵در زیر بار ترافیک قرار گرفته است.وی، هدف اصلی از تعریف کریدورها را کاهش ترافیک در شریان‌های اصلی اعلام کرد و افزود: این ۱۰کریدور با عنوان کریدور

شمال، جنوب، غرب، مرکز و شرق کشور، کریدور شرق به غرب و شمال به جنوب شناخته شده‌اند

و در اولویت اصلی تکمیل قرار دارند.

در طرح جامع حمل و نقل کشور همچنین هشتمین کریدور به طول یک هزار و ۴۸۳ کیلومتر از قم آغاز و در ادامه از اصفهان، شیراز و فسا به نجف شهر و سپس به سیرجان منتهی می شود؛ اینس دلالان در منطقه مرکزی ایران نقش مهمی در حوزه حمل و نقل کالا و مسافر خواهد داشت؛

اکنون برای آماده شدن این محور ۱۵۴ کیلومتر در دست تکمیل قرار دارد.

نهمین کریدور ایران به طول سه هزار کیلومتر از زنجان آغاز می شود و پس از گذر از همدان، بروجن، الوتی، مال خلیفه، یاسوج، نورآباد، نودان و قانمیه به بندر بوشهر می رسد؛ اکنون شرکت

حمل و نقلی (پیش از) ابندر بین المللی در شمال و جنوب کشور ، ۲۰هزار کیلومتر شبکه ریلی، ۲هزار و ۵۰۰کیلومتر شبکه آزادراهی و ۱۰هزار کیلومتر شبکه بزرگراهی) می تواند بهترین فرصت برای افزایش ترانزیت کالا از مسیر ایران و درآمد‌های ترانزیتی باشد.

به خصوص که کشورهای آسیای میانه و عربی به عنوان بیشترین مصرف کننده کالا و محصول در دنیا محسوب می شوندو کشورهای شمالی ایران مصرف کننده انرژی و تولیدکننده محصولات کشاورزی و کشورهای جنوبی ایران تولیدکننده انرژی و مصرف کننده محصولات غذایی و کشاورزی و در این میان ایران بهترین مسیر برای برقراری ارتباط میان این دو است؛ علاوه بر این از اهمیت کریدورهای شرقی – غربی علاوه بر

سنگین، تعمیرکاران، فروشنندگان مواد غذایی و ... در طول مسیر عبور کالا از ایران به ارمنان آورد. هرچند که نباید در خصوص درآمد‌های ترانزیتی اغراق کرد، اما درآمد‌های ترانزیتی می تواند جایگزین درآمد‌های نفتی باشد؛ موضوعی که بسیاری از کارشناسان در صحت آن تردید دارند. ولی معتقدند درآمد‌هایی که از راه ترانزیت به دست می آید می تواند در کنار سایر درآمد‌های صادراتی به منبع مهمی درآمد ارزی برای کشور تبدیل شود.

محمدجواد عطرچیان مدیرکل سابق ترانزیت سازمان راهداری و حمل و نقل جاده ای درباره وضعیت فعلی ترانزیت از مسیر ایران می گوید: ترانزیت در کشورمان در طول سال های اخیر همواره رقمی میان ۱تا ۱۲میلیون تن کالا در نوسان

# ترانزیت؟صنعت مغفول مانده ایران



شمالی – جنوبی هم نباید غافل شد. این سال سال‌هاست که از این توانایی

بالقوه به دلایلی چون تعدد دستگاه های تصمیم گیر و بالا بودن قیمت عبور از ایران غفلت شده است؛ کشورهای رقیب علی‌ه این از نظر زمان و مسافت نسبت به ایران در موضع ضعیف‌تری قرار دارند، ولی به دلیل ارزتار بودن هزینه تردد، در حال

ریودن این بازار باارزش از ایران هستند؛ به گونه ای که در یک دهه اخیر روند ترانزیت از ایران علی رغم توسعه زیرساخت های حمل و نقلی، افتاح بندر شهید بهشتی و گسترش آزادراه ها و شبکه ریلی، تقریبا در عده سالانه ۱۰میلیون تن کالا ثابت مانده است. در حالی که با همین زیرساخت های موجود و بدون کمترین سرمایه گذاری می توانیم آن را دو برابر برسانیم. به خصوص که درآمد‌های ترانزیتی در دو بخش مستقیم و غیر مستقیم می تواند منافع زیادی هم برای دولت و هم برای کسب و کارهای خرد (مانند جایگاه های عرضه سوخت، انبارداری‌ها، فروشنندگان خرد قطعات خودروهای

دیر انجمن شرکت های حمل و نقل بین المللی جاده ای از دیگر موانع توسعه ترانزیت را تعدد دستگاه های تصمیم گیر و عدم هماهنگی میان آنها و همچنین صدور بخشنامه های خلق الساعه و درون دستگاهی اعلام کرده و اضافه می کند: درآمد‌های ترانزیتی می تواند منبع خوبی برای درآمد ارزی کشور باشد.

وی ترانزیت و حمل و نقل را صنعتی در زیرمجموعه خدمات عسنوان کرده و یادآور می شود: این صنعت می تواند علاوه بر ارزآور بودن، اشتغالزایی بالایی هم داشته باشد. عطرچیان یکی دیگر از دلایل عدم توسعه ترانزیت در ایران را گران تمام شدن قیمت تمام شده حمل کالا برای خودروهای باری سنگین ایرانی فعال در صنعت ترانزیت ذکر کرده و می گوید: نیمی از

ترانزیت جاده ای و ریلی ایران مواد نفتی است که جزء ترانزیت پایدار محسوب نمی شود. ترانزیت پایدار به این معناست که حمل آن کالای خاص در هر شرایطی حتی تغییرات سیاسی در کشورها ادامه داشته باشد. چون هر کشوری در هر شرایطی به کالاهایی نظیر مواد خوراکی یا مواد اولیه ساخت و ساز و مصالح ساختمانی نیاز دارد، اما مواد نفتی و سوختی به شدت تابع شرایط سیاسی هستند و با تغییر دیدگاه های سیاسی ممکن است صادرات آنها متوقف شود.

مدیرکل سابق ترانزیت سازمان راهداری و حمل و نقل جاده ای خاطرنشان می کند: با توجه به زیرساخت هایی که در بخش های بندری، ریلی و جاده ای داریم و بدون آنکه زیرساخت جلدی ایجاد یا جاده احداث کنیم، می توانیم حجم ترانزیت از مسیر ایران را به ۲۰میلیون تن کالا در سال برسانیم.

وی ادامه می‌دهد:ترانزیت کالایع تصمیم‌گیری‌های داخلی کشور است و با همایش و توصیه افزایش

نمی باید بلکه نیازمند اجرای جدی و عملی تصمیم گیران است. مهم ترین اقدام عملی در این زمینه روان سازی با حذف قوانین دست و پاگیر و متعدد در این زمینه است.

این فعال صنفی صنعت حمل و نقل برآورد می کند: اگر بتوانیم ترانزیت را به ۲۰میلیون تن کالا

در سال برسانیم، بیش پینی می شود درآمد سالانه کشور اعم از درآمد‌های مستقیم و غیر مستقیم از این محل به ۱۰میلیارد دلار برسد. به خصوص که بخش‌های ترانزیت در تمام کشورمان با استفاده از کامیون‌های ایرانی انجام می شود که سوخت

ارزاترری نسبت به سایر کشورها دریافت می کنند و هزینه های آنها کمتر است. هادی حق شناس معاون امور دریایی سازمان بنادر و دریانوردی هم درباره مشکلات صنعت ترانزیت در ایران می گوید: ترانزیت نت تنها نفع اقتصادی برای همه کشورهای درگیر آن دارد، بلکه منافع سیاسی هم در پی دارد؛ چون عبور کالا به ازراترری نعم از فیزیکی با به صورت احداث خط لوله نفت و گاز از خاک ایران یا کشورهای همسایه ما سبب می شود تا منافع مشترک برای آن کشورهای ایجاد شده و از موضع گیری های سیاسی یکدیگر در مقام بین المللی حمایت کنند

تسا درآمد‌های بالقوه‌ای در محل ترانزیت برای کشورهای مبدأ، عبوری و مقصد ایجاد می شود، به خطر نینفتد. وی حمایت آمریکا از عربستان با استراتژیک

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و

و



## اطلاعات

## بازار سرمایه یگانه راه تأمین مالی

## اقتصادی

این روزها بازار سرمایه تحت تاثیر ریسک های سیستماتیک مختلف بوده که منشأ اصلی بسیاری از این ریسک ها اختلافات و مناقشات بین المللی در مورد توافق هسته ای ایران است.
علی اسلامی یزدگی رییس هیات مدیره شرکت مشاور سرمایه گذاری آرمان آتی در گفتگو با پایگاه خبری بازار سرمایه (سنا)، به بررسی موضوعاتی همچون اثرات روانی، اثرات اقتصادی بلند مدت، تظاهرات بازار ارز و سکه – طلا تاثیرات مثبت ناشی از یک درویداد منفی، اثر مستقیم بر بازار سرمایه و بالا رفتن ارزش جابگیرنی شرکت ها پرداخته است.
به گفته این کارشناس بازار سرمایه، در جمع بندی کلی به نظر می رسد بخش عمده آنچه اثرات اقتصادی خروج امریکا از برجام بوده، در بازار متعکس شده و حتی ممکن است از این پس برخی سرمایه گذاران با پذیرش اندک ریسک نسبت به خرید دارایی های که هنوز خود را با مقرضات جدید تطبیق نداده اند، اقدام کند.

وی افزود: تا حدودی رشد ماه های گذشته بخش مسکن ناشی از این اتفاق است و این موضوع می تواند برای خرید دارایی ها، از جمله دارایی های مالی و سهام شرکت ها نیز صادق باشد مذاکرات بنده با سایرین برای برجام می تواند چشمم انداز تصمیم گیری سرمایه گذاری در بازار سرمایه را با اقدت بیشتری ترسیم کند.
رییس هیات مدیره شرکت مشاور سرمایه گذاری آرمان آتی اظهار داشت: استراتژیست ه یان می دارند که گاهی اوقات برخی از تهدایدها و نقاط ضعف، منجر به ایجاد فرصت می شود در بازار سرمایه ایران هم این موضوع مصداق دارد و متأسفانه به دلایل بسیار، سرمایه گذاران عمدتا به صورت فردی و مستقما، در بازار سرمایه ایران سرمایه گذاری می کنند.
به گفته اسلامی یزدگی این موضوع باعث شده است که تاثیرپذیری بازار سرمایه ایران از ریسک های سیستماتیک بسیار بالا رود در چنین شرایطی تاثیر پذیری بازار از این ریسکها همواره بالا بروز رفتارهای هیجانی ناشی از پیش بین های است که این سرمایه گذاران از خود بروز می دهند.
وی ادامه داد: این پدیده منجر به این اتفاق شده که در بسیاری از اوقات، بازار سرمایه ایران، تاثیر ناشی از یک ریسک سیستماتیک را قبل از وقع در جدی ترین سطح خود مشاهده کند و به اصطلاح عامیانه تبعات آن را پیش خود کند.

کارشناس بازار سرمایه توضیح داد:واقع اخیر به وجود آمده در مورد برجام یک ریسک سیستماتیک محسوب می شود و خروج امریکا از آن و برگرداندن تحریم ها از جانب کلیه طرف ها از جمله اروپا به زعم بسیاری از کارشناسان بالاترین سطح طیف بدبینانه این محسوب می شود.
نتیجه این بخش این است که اگر یک ریسک سیستماتیک جدید به عنوان عواقب پسا خروج امریکا از برجام، بحران جدید سیاسی ایجاد کنند، اثرات روانی آنچه که تا کنون در عرصه سیاست بین الملل در مورد برجام اتفاق افتاده ، پیش خور شده و کمی بعید است از این پس با فرض ثبات سیاسی متغیر، ها، بازار به این موضوع عکس العمل منفی پیش گیری نشان دهد.
به گفته اسلامی یزدگی، طی سالیان گذشته شاید این اولین بار است که غرب در مورد تحریم های اقتصادی ایران ناشی از یک اتفاق سیاسی، اتفاق نظر ندارد.

رییس هیات مدیره شرکت مشاور سرمایه گذاری آرمان آتی اظهار داشت: شرکت های اروپایی در طی این دو سال و اندک چندین قرارداد با طرف ایرانی منعقد کرده اند.
همچنین موضوع خود را از امریکا در مورد توافقات برجام جدا کرده اند.
سطح تاثیر پذیری اقتصاد، در این روزها بسنگی بسیاری به میزان پایبندی تصمیم گیری سیاسی اروپا به توافقات برجام دارد.
وی با بیان اینکه اگر اروپا به تمام بندهای برجام که تبعات اقتصادی دارد پایبند باشد، میزان تاثیر پذیری اقتصادی بلند مدت ناشی از این اتفاق، بسیار کاهش خواهد یافت، گفت: روزهای آینده و مذاکرات طرف های ایرانی با اروپایی ها، البته تبیین و روسیه میزان تعهد آن ها را تا حدودی مشخص خواهد کرد.

اسلامی یزدگی یادآور شد:نتیجه این بخش این است که در صورت تداوم بدون تغییر برجام بدون امریکا و پایبندی سایر طرف ها به ویژه اروپا، به بندهایی که اثرات اقتصادی دارند و همچنین بقای قراردادهایی که تاکنون با طرف های اروپایی یا متحدان آن ها منعقد شده است، آن گاه تاثیر بلند مدت کمتری ناشی از این اتفاق پیش بینی می شود.
رییس هیات مدیره شرکت مشاور سرمایه گذاری آرمان آتی درخصوص تغییرات بازار ارز و سکه و طلا هم اظهار داشت: اثرهای خارجی طی شش ماه گذشته بیش از ۵۰ درصد در مقابل ریال تقویت شده اند؛ به تبع آن سکه و طلا هم تقریبا چنین رشدی در این مدت تجربه کرده اند.

## نیازمندپای اطلاع رسانی

## بازدهی ۴ درصدی شاخص فرابورس

شاخص فرابورس در دومین ماه امسال با رشد ۲۳ واحدی در ارتفاع ۱۱۰۷ واحد قرار گرفت تا بازدهی خود را طی این دوره به ۴ درصد برساند.
به گزارش تسنیم، در جریان معاملات فرابورس ایران، طی روز ۲۲ نور کاری ماه اردیبهشت به طور میانگین روزانه ۲۶۹ میلیون ورقه به ارزش یک هزار و ۹۶۸ میلیارد ریال در بازارهای نه گانه فرابورس ایران نقل وانتقال یافته است که در این میان بیست و چهارمین روز این ماه با میزانی از دواودست یک هزار و ۷۴ میلیون ورقه رکورددار بیشترین حجم در بین روزهای معاملاتی اردیبهشت بود.
همچنین ارزش مبادلات روزانه فرابورس در بیست‌وششم اردیبهشت به بیشترین میزان طی ماه فوق یعنی ۳ هزار و ۳۷۰ میلیارد ریال رسید.

برای تاسیس هر بازاری، باید اجازه دعیم منطق و سازوکار عرضه و تقاضا در آن حاکم شود و این شرایط بازار آزاد همخوانی داشته باشد.
معاون ناشران و اعضای شرکت بورس تهران، در باره راه اندازی بازار ارز گفت: برای تاسیس هر بازاری، باید اجازه دعیم منطق و سازوکار عرضه و تقاضا در آن حاکم شود و آن بازار باید با شرایط بازار آزاد همخوانی داشته باشد.
وی در باره لزوم راهاندازی بازار مشتقه از این ایران گفت: شرایط اقتصادی ما با خیلی از کشورهای دیگر متفاوت است در کشورهای دیگر سرمایه‌گذاری در ارز یک نوع سرمایه‌گذاری متعارف محسوب نمی‌شود ولی در کشور ما این موضوع معمول است.

وی ادامه داد: در نتیجه یکی از بازارهایی که تمایل به سرمایه‌گذاری در آن در ایران وجود دارد، بازار ارز است.شاید باید نسخه‌هایی برای ایجاد این بازار در کشور ما در نظر گرفته شود.
معاون بورس تهران تاکید کرد: البته شاید چاره کنترل بازار از تاسیس بورس ارز نباشد و شاید لازم باشد بازاریاری دیگر و روش‌های دیگر از جمله حسابداری و سربدهای ارزی داشته باشیم.بانک مرکزی ارزی این چیزها فکرم کند، می تواند به جمع بندی مناسب در این مورد برسد.

حسینی مقدم ادامه داد: به نظر من اگر اعتقاد بر این است که ساز و کار بازار سرمایه می تواند به بازار ارز کمک کند، برای پاسخ به برخی از تضاهایی که وجود دارد، بازار، بازار سرمایه این آمانگی را دارد.

در افزود، سابقا بورس کالا به یک شکل اعلام کرد که آماده تشکیل بورس ازل اعلام کرد و بورس در مقاطعی بحث متفاوت ارزی را مطرح کرد تا بتواند این بازار را راه اندازی و آماده باشد چراکه در روزهای که

## اقتصادی

## ۴۶ هزار میلیارد تومان سود سهام

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.
گفتنی است، هم اکنون سود بیش از ۸۰ اوراق مختلف شامل اوراق اجاره،مرحله، اسناد خزانه اسلامی، مشارکت، وام سپرده و صندوق های سرمایه گذاری، سود اوراق صکوک ۴۸ نماد به ارزش ۲۹ هزار و ۲۳۳ میلیارد ریال، اوراق مشارکت ۳۶ نماد به مبلغ ۳۴ هزار

### ضرورت ها و راهکارهای تاسیس بورس ارز

دادن ان سودآوری‌ها از محل انتقال دارایی‌ها است.
به‌ساور وی وقتی بحث خصوصی به عنوان یک فرزند ناتنی تلقی می‌شود و تصور نهاد دولتی می‌نماید وایسته به بودجه بخشی عمومی و غیره از بخش خصوصی کار نکردن باشد، نتیجه ای جزو سرکوب بخش خصوصی واقعی به‌عنوان رقیب این نهادها ندارد. وی ادامه داد: بخش خصوصی باید به عنوان مجموعه ای چهل و چهاره هستند، در حالی می‌شود،مشوالات از تشکیل بورس ارز برای ساماندهی به این بازار صحبت می‌کنند.

همچنین ناصر ذاکری کارشناس اقتصادی در گفتگو با فارس می‌پرواوان اینکه چرا با وجود سیاست‌های مرفعی اصل چهار و چهار قانون اساسی، اغلب شرکت‌های واکتار شده دچار بحران مدیریتنی و حتی ورشکستگی شده‌اند، رخ داده در دنیا به این منظور نبوده

است. این کارشناس ادامه داد: اگر در کشورهایی همچون آلمان پذیرفته می‌شود که شرکت و بنگاه اقتصادی در قبال یک مارک به بخش خصوصی واگذار شود، اما در مقابل مالکی با مالک آن بدین‌شکل می‌تواند مدیریت شرکت خصوصی را در اختیار داشته باشد، در این صورت، بخش خصوصی باید به عنوان مجموعه ای از شرکت‌های کوچک و بزرگ، به‌عنوان یک نهاد مجهول الهیه در نظر گرفته شود.
وی یادآور شد: بخش خصوصی باید به عنوان مجموعه ای از شرکت‌های کوچک و بزرگ، به‌عنوان یک نهاد مجهول الهیه در نظر گرفته شود.
وی یادآور شد: بخش خصوصی باید به عنوان مجموعه ای از شرکت‌های کوچک و بزرگ، به‌عنوان یک نهاد مجهول الهیه در نظر گرفته شود.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.
گفتنی است، هم اکنون سود بیش از ۸۰ اوراق مختلف شامل اوراق اجاره،مرحله، اسناد خزانه اسلامی، مشارکت، وام سپرده و صندوق های سرمایه گذاری، سود اوراق صکوک ۴۸ نماد به ارزش ۲۹ هزار و ۲۳۳ میلیارد ریال، اوراق مشارکت ۳۶ نماد به مبلغ ۳۴ هزار و ۲۳۳ میلیارد ریال، اوراق مشارکت ۳۶ نماد به مبلغ ۳۴ هزار

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.
گفتنی است، هم اکنون سود بیش از ۸۰ اوراق مختلف شامل اوراق اجاره،مرحله، اسناد خزانه اسلامی، مشارکت، وام سپرده و صندوق های سرمایه گذاری، سود اوراق صکوک ۴۸ نماد به ارزش ۲۹ هزار و ۲۳۳ میلیارد ریال، اوراق مشارکت ۳۶ نماد به مبلغ ۳۴ هزار و ۲۳۳ میلیارد ریال، اوراق مشارکت ۳۶ نماد به مبلغ ۳۴ هزار

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.
گفتنی است، هم اکنون سود بیش از ۸۰ اوراق مختلف شامل اوراق اجاره،مرحله، اسناد خزانه اسلامی، مشارکت، وام سپرده و صندوق های سرمایه گذاری، سود اوراق صکوک ۴۸ نماد به ارزش ۲۹ هزار و ۲۳۳ میلیارد ریال، اوراق مشارکت ۳۶ نماد به مبلغ ۳۴ هزار و ۲۳۳ میلیارد ریال، اوراق مشارکت ۳۶ نماد به مبلغ ۳۴ هزار

## مزایای راه اندازی معاملات آتی

## زعفران

زعفران، به دلیل ارزش زیادی که دارد به «طلای سرخ» معروف است؛ به فرد و ارزش ذاتی، توانسته به جایگاه اصلی خود برسد.
بزرگترین مزیت شفافسازی قیمت‌ها در معاملات فیزیکی و قراردادهای آتی بورس کالا این است که کشاورز قدرت تصمیم‌گیری خواهد داشت و زمانی که از قیمت واقعی با خبر نباشد، دیگر راضی به فروش محصول با قیمت ارزان به واسطه‌ها نیست؛ به این ترتیب، بورس کالا موجب حصول تولید کننده می‌شود.به گزارش پایگاه خبری بازار سرمایه (سنا) مدیر عامل اتحادیه تعاونی‌های روستایی خراسان رضوی به مزایای عرضه زعفران در بورس کالا اشاره کرد و گفت: ایران، بزرگترین تولیدکننده زعفران در جهان است و ۹۰درصدی تولید این محصول را در اختیار دارد؛ بنابراین محصول استراتژیک صادراتی ایران محسوب می‌شود. این درحالی است که با وجود جتن و زحمتی، متأسفانه این محصول به شیوه ای مطلوب صادر نمی‌شود و قیمت این محصول نیز به بدترین شکل ممکن صورت می گیرد.

مسعود پژمانپور افزود: تولیدکنندگان زعفران، بیشتر کشاورزان هستند و تعداد کمی از آنها در بازار فروش حضور دارند؛ بنابراین، بیشتر کشاورزان محصول خود را به واسطه‌هایی که بازار را در دست دارند، می‌فروشند به همین دلیل، از چند سال گذشته این بحث وجود داشت که تشکیل ایجاد شود و به احیای بازار داخلی و صادراتی زعفران کمک کند؛ اما هیچ بخشی توانست این رسالت را به انجام برساند. وی ادامه داد: اما در سال ۹۶ بحث عرضه زعفران در رینگ صادراتی بورس کالا مطرح شد و به دلیل کاهش یوری‌ه این بازار شفاف، حامی کشاورزان است، اتحادیه تعاونی‌های روستایی خراسان رضوی پیش قدم شد و به مزایای احیای بازارهای زعفران در خراسان رضوی را به دست گرفت؛ ادامه داد: همچنین پارسال، دولت به دلیل کاهش یوری‌ه قیمت زعفران در فصل برداشت، به طور مستقیم وارد بحث خرید واقعی شد و به‌تیرین زعفران‌ها را برای ورود به بورس کالا از کشاورزان خریداری کرد و به این ترتیب، اکنون بزرگترین مزیت مزیت زعفران جهان جمع‌آوری شده و تمام کشورها، متقاضی زعفران ایرانی، از این موجودی آگاه هستند.

پژمانپور خاطرنشان کرد: معاملات آتی زعفران برای بسیار مناسبی از لحاظ شفافیت، کشف قیمت و تأمین مالی بخش کشاورزی است ضمن اینکه این ابزار می‌تواند، از افزایش نفعان اقتصادی در این بخش، قیمت‌های زعفران را در بازارهای صادراتی افزایش دهد.
گفتنی است، در حالی که مزایای راه‌اندازی معاملات آتی زعفران برای زنجیره تولیدکننده آشدر کرده و گفت: با عرضه زعفران در بورس کالا، تولیدکنندگان با توجه به مکانیزم شفافسازی قیمت‌های زعفران، تولیدی را در اختیار دارند و می‌توانند، چون تعیین قیمت زعفران به صورت عرضه و تقاضا باعث کشف واقعی قیمت این محصول می‌شود به این ترتیب، پس از عرضه زعفران در بورس کالا، کشاورزان می‌از این بازار مطلع هستند و متافع خود را در این بازار دیده‌اند. حاضر نمی‌شوند محصول تولیدی را در خارج از بورس و به واسطه با فروشندگان، مدیرعامل اتحادیه تعاونی‌های روستایی خراسان رضوی، بزرگترین مزیت شفاف‌سازی قیمت‌ها در بورس کالا این است که کشاورز قدرت تصمیم‌گیری خواهد داشت و زمانی که از قیمت واقعی با خبر نباشد، دیگر راضی به فروش محصول به واسطه‌ها نیست؛ به عنوان مثال، اگر اکنون در بورس کالا هر کیلو زعفران به قیمت ۶ میلیون تومان به فروش می‌رسد، کشاورز منعفت خود را در این نمی‌بیند که آن را در قیمت ۲ میلیون تومان در بازار واسطه‌گران بفروشد به این ترتیب، بورس کالا موجب منفعت تولید کننده می‌شود.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت به ارزش ۱۱۳ میلیارد ریال را به حساب سرمایه گذاران واریز کرده است.

بیش از ۲۶۰ هزار میلیارد ریال سود انواع اوراق در سال ۹۶ به حساب ۱۰۱ هزار و ۶۲۴ سرمایه گذار واریز شد.
این گزارش می افزاید: شرکت سپرده گذاری مرکزی در پارسال سود هشت نوع اوراق سلف به مبلغ ۱۳ هزار و ۹۵۸ میلیارد ریال، شش صندوق سرمایه‌گذاری به مبلغ یک هزار و ۴۲۷ میلیارد ریال و سود سهام سه شرکت









**مدیریت شعب بانک کشاورزی استان آذربایجان غربی** در نظر دارد املاک مشروح ذیل را از طریق برگزاری مزایده عمومی به شرح مندرج در جدول ذیل بصورت نقدی و اقساطی - به فروش برساند متقاضیان می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت ۳۰ روز، همه روزه به استثناء روزهای تعطیل از ساعت ۸ لغایت ۱۴ جهت کسب اطلاعات پیشتر و اخذ اوراق شرکت در مزایده به نشانی ارومیه - خیابان کاشانی - مدیریت شعب بانک کشاورزی استان آذربایجان غربی - طبقه سوم - واحد دبیرخانه مراجعه نمایند. حداکثر مهلت شرکت در مزایده ۲۰ روز از تاریخ انتشار اولین آگهی می باشد.سند جهت شرکت در مزایده پاکتھا الزاماً باید مستقیماً توسط شرکت کننده به دفتر مدیر ستادی بانک کشاورزی در استان واقع در شهرستان ارومیه - خیابان کاشانی - ساختمان مدیریت بانک کشاورزی استان آذربایجان غربی - طبقه چهارم تحویل داده شود.

**«املاکی که قیمت پایه آنها کمتر از ۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ریال می باشد بدون پیش بر پرداخت اولیه و حداکثر در مدت ۶۰ ماه با احتساب نرخ سود متعارف بانکی واگذار میگردد»**

اموال مزایده شده در دو جدول «الف و ب» با شرایط زیر برای مزایده عرضه میگردد:
**جدول الف: واگذاری کلیه املاک بان جدول بصورت نقد (واگذاری مالکیت و یا نقد و اقساط (واگذاری از طریق عقد قرار داد اجاره شرط تخلیک) می باشد.**
**جدول ب: واگذاری کلیه املاک بان جدول بصورت نقد و از طریق صلح حقوق اجرائی بانک به برنده می باشد.**

۱- این آگهی در دو نوبت و به تارخیهای زیر منتشر می شود.

تاریخ انتشار آگهی نوبت اول ۰۵/۰۳/۹۷ (انتشار در روزنامه اطلاعات)

تاریخ انتشار آگهی نوبت دوم ۰۹/۰۳/۹۷ (انتشار در روزنامه اطلاعات)

۲- هزینه درج آگهی به عهده برنده مزایده می باشد و بانک در هر یک باتمامی قبول و هر یک از پیشنهادات مختار است.
۳- اوراق شرکت در مزایده در واحد دبیرخانه به آدرس فوق الذکر موجود میباشد و پیشنهاد دهندگان باید یک نسخه از آن را دریافت و با قید قبولی امضاء کرده و به پیشنهاد خود ضمیمه و به انضمام فیش واریزی مربوط به ۵ درصد قیمت پایه در پاکت لاک و موم شده (با قید مربوط به ملک ردیف « » آگهی) تسلیم و رسید دریافت نمایند. برای هر ملک باید پیشنهاد و اوراق و پاکت مستقل تهیه و تکمیل و امضاء شده ارائه گردد.
۴- به پیشنهادات مهیم، مشروط و بدون سیرده و دارای لاک گرفتگی یا قلم خوردگی باشد و پیشنهاداتی که بعد از اقبضای مدت مقرر در آگهی اصل گردند مردود بوده و ترتیب اثر داده نمی شود.
۵- در شرایط مساوی اولویت با مالک قبلی ملک خواهد بود. و چوه واریزی نفرت دوم و سوم تا تعیین تکلیف نهایي برنده مزایده مسترد نخواهد شد.

۶- شرکت در مزایده و ارائه پیشنهاد به منزله قبول امتیازات و تکالیف دستگاه مزایده گذار موضوع ماده ۱۰ آئین نامه معاملات دولتی می باشد.

۷- در صورت ارائه تقاضای خرید به صورت اقساطی برای املاک جدول الف که قیمت پایه آنها بیش از ۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد پرداخت حداقل ۲۰ درصد از قیمت پایه به صورت نقدی الزامی است. پرداخت ۸۰ درصد باقیی حداکثر در مدت ۶۰ ماه و با احتساب سود متعارف بانکی خواهد بود. در شرایط برابر اولویت با پیشنهاد نقدی میباشد.

۸ - املاک جدول الف که قیمت پایه آنها کمتر از ۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشند بدون پیش پرداخت اولیه و حداکثر در مدت ۶۰ ماه با احتساب نرخ سود متعارف بانکی واگذار میگردد.

۹- کلیه املاک جدول الف با وضعیت موجود و طبق مفاد اسنادانتقال اجرائی صادر شده واگذار می گردند

و در صورت وجود متصرف، تخلیه بر عهده خریدار می باشد و در صورت نیاز به اصلاحات ثبتی اعم از ادغام، تفکیک، افراز، جمع، دریافت سند سندشدانگ، رفع مغایرت و غیره و طی کلیه مراحل آن بهعهده و هزینه خریدار میباشدسند و بانک هیچگونه هزینه ای از این بابت پرداخت نمی نماید و بانک هر گونه مسئولیتی را از خود سلب و اسقاط می نماید.

۱۰ - کلیه املاک جدول ب براساس مدارک و مستندات پرونده های اجرایی ارائه ثبت اسناد و املاک حوزه مربوطه به عقد صلح حقوق اجرائی و بصورت نقدی واگذار میگردد و کلیه هزینه های ثبتی اجرائی و هزینه ها و اقدامات بعد از صلح مربوط به اخذ اسناد مالکیت و تخلیه متصرف و تحویل و تحول ملک برعهده برنده می باشد.

۱۱ - اخذ کلیشه مجوزها و پروانه های مربوطه در صورت دارا بودن شرایط اشرایط از ادارات ذیربط بر عهده خریدار خواهد بود.

۱۲- کلیه هزینه های ثبت قرار داد و صدور اسنادانتقال قطعی وسند مالکیت در دفترخانه اسناد رسمی و اداره ثبت به عهده برنده مزایده خواهد بود.

۱۳- باز دید از املاک و مطالعه مدارک و سوابق مربوطه قبل از شرکت در مزایده برای تمامی شرکت کنندگان در مزایده الزامی می باشد و امضای اوراق مزایده و شرکت در مزایده به منزله بازدید از املاک و مطالعه مدارک و سوابق مربوطه توسط شرکت کننده بوده و هر گونه ادعایی برخلاف آن مردود می باشد.

۱۴- در املاکی که نیاز به تفکیک و اصلاح باشد در صورت بروز مشکلات در خصوص تفکیک و قطعی شدن عدم امکان تفکیک و عدم امکان استفاده بدون تفکیک، وجوه واریزی عینا به خریدار مسترد میگردد و خریدار هیچگونه ادعایی نخواهد داشت. در اینصورت وجوه واریزی شامل سود و یا خسارت تحت هر عنوانی نخواهد بود.

جدول شماره الف) واگذاری مالکیت املاک بصورت نقد یا نقد و اقساط)

ردیف	نام شعبه	آدرس	مشخصات ثبتی ملک	نوع ملک	متراژ <p>عرصه</p> <p>اعیان</p>	قیمت پایه (ریال)	توضیحات
۱	سلماس	سلماس – روستای خانقاه	۲ دانگ شماع از شش دانگ یک قطعه باغ به پلاک ۱۰۲ فرعی و مجزی شده از ۵۰ فرعی از ۱۲۵ اصلی قریه خانقاه بخش ۱۳ سلماس	باغ سیب	مساحت ۲ دانگ از شش دانگ ۴۲۰۰	ارزش ۲ دانگ شماع از شش دانگ ۶۵۱/۰۰۰/۰۰۰	
۲	سلماس	سلماس – روستای خانقاه	۲ دانگ شماع از شش دانگ یک قطعه باغ به پلاک ۱۰۳ فرعی از ۵۰ فرعی از ۱۲۵ اصلی قریه خانقاه بخش ۱۳ سلماس	باغ سیب	مساحت ۲ دانگ از شش دانگ ۱۸۱۳/۳	ارزش ۲ دانگ شماع از شش دانگ ۵۵۳/۱۰۰/۰۰۰	
۳	سلماس	سلماس – روستای خانقاه	۸۱۹۵ سهم از ۱۳۵۴۰ سهم از ۲ دانگ شماع از شش دانگ عرصه و اعیان پلاک ۱۰۴ فرعی از ۱۲۵ اصلی فروز و مجزی شده از ۴۹ فرعی از اصلی مذکور قریه خانقاه بخش ۱۳ سلماس	انباری	مساحت شش دانگ ۲۰۳۰	ارزش ۱ سهم شماع از شش دانگ ۱۳۴/۳۳۹/۰۰۰	بدون پیش پرداخت اولیه <p>آبیاری گلشنی میباشد</p>
۴	سلماس	سلماس – روستای گرگشاه	شش دانگ عرصه و اعیان پلاک ۷۰ فرعی از ۲۰ اصلی بخش ۱۴ سلماس	مسکونی	۸۵۶	۱/۰۴۶/۵۰۰/۰۰۰	
۵	سلماس	سلماس – روستای قلعه سر	شش دانگ یک قطعه باغ بشماره ثبتی ۱۱۰ فرعی از ۱۱۷ اصلی بخش ۱۴ حوزه ثبتی سلماس	باغ	۳۳۴۸۷/۴	۱/۶۴۷/۳۷۰/۰۰۰	
۶	سلماس	سلماس – جاده نسوج – اراضی قریه حمزه کندی – خلع غربی شهرک صنعتی سلماس	مقدار ۵۰/۵ سهم شماع از ۹ سهم شماع برابر سه چهارم ۱۷۹ م اراضی آبی و شش سهم شماع از یک چهارم ۱۶۵ سهم اراضی دیسی از شش دانگ پلاکهای ۱۸۹ و... و سه دانگ شماع از قطعات ۱۱۳ و... کلا فرعی از ۱۲۰ اصلی بخش ۱۴ سلماس واقع در قریه حمزه کندی	دامداری	مساحت شش دانگ ۴۹۳۶	۱/۹۴۹/۴۸۱/۰۰۰	
۷	سلماس	سلماس – مابین خیابان بهشتی و سینا – پلاک ۱۲	یک سهم شماع از ۱۴ سهم شش دانگ یکباب ساختمان بشماره پلاک ثبتی ۳۵۴۲ فرعی از ۱۲۰ اصلی اهر نجان – واقع در بخش ۱۳ سلماس	مسکونی	مساحت شش دانگ ۲۸۱/۳۵	ارزش شش سهم شماع ۴۶۸/۴۵۶/۰۰۰	بدون پیش پرداخت اولیه
۸	سلماس	سلماس – خیابان شهید باهنر – نرسیده به خانه سالمندان – پلاک ۳۰۸ – کدپستی ۵۵۸۱۷۶۵۶۹۷	مقدار ۱۰۳/۵ سهم شماع از ۴۰۰ سهم شش دانگ یکباب ساختمان بشماره پلاک ثبتی ۶۳۳۷ فرعی از ۱۱۹ اصلی بخش ۱۳ سلماس	مسکونی	مساحت شش دانگ ۲۸۷/۵۵	ارزش سهم شماعی ۱/۳۳۲/۱۷۱/۰۰۰	
۹	میاندوآب	میاندوآب – جاده شاهیندز – روستای آبدیشه	مقدار ۲۲،۲۳ سهم شماع از ۱۶۸۷۰،۲۳ سهم شماع از شش دانگ یک واحد مرغاری تحت پلاک ۶۶ فرعی از ۱۷۶ اصلی بخش ۵ مرغاه	مرغداری	مساحت شش دانگ ۲۹۸۶۰	ارزش سهم شماع از شش دانگ ۱۱/۰۱۸/۱۴۴/۰۰۰	
۱۰	میاندوآب	میاندوآب – جاده شاهیندز – روستای جالغاماز	شش دانگ یک واحد مرغاری به پلاک ثبتی ۳ فرعی از ۱۷۷ اصلی بخش ۵ مرغاه واقع در روستای جالغماز	مرغداری	۱۰۱۲۰	۸/۹۳۰/۰۰۰/۰۰۰	
۱۱	میاندوآب	میاندوآب – روستای حواد حصاری	شش دانگ پلاک ۱۳۵ فرعی از ۳۵ اصلی بخش ۶ میاندوآب	مسکونی	۱۲۷۵/۵۴	۸۳۳/۷۷۰/۰۰۰	
۱۲	میاندوآب	میاندوآب – قریه اوج تپه	مقدار ۱۰۷۲۸ جزه شماع از ۳۴۰۰۰ جزه شماع شش دانگ یک قطعه زمین مکانیزه پلاک ثبتی ۱۴۸ فرعی از ۱۶ اصلی بخش ۱۴ مرغاه	زراعی و باغی	مساحت شش دانگ پلاک ۳۳۰۰۰۰ متر مربع و مساحت سهم بانک ۱۰۷۲۸ متر مربع	ارزش سهم شماع بانک از شش دانگ ۵۶۳/۲۲۰/۰۰۰	از کل شش دانگ ۱۱ هکتار به غیر واگذار گردید و سهم بانک از ۲۳ هکتار باقیمانده قابل تصرف میباشد. ارزش شش دانگ ملک ۱۲/۸۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال میباشد
۱۳	میاندوآب	میاندوآب – قریه قیجور	مقدار ۶۲۷۰ سهم شماع از ۸۰۰۰ سهم شماع از عرصه و اعیان یک قطعه زمین محل احداث گلخانه پلاک ثبتی ۷۲۳ فرعی ۱۶ اصلی واقع در قریه قیجور بخش ۷ مرغاه	گلخانه	مساحت شش دانگ ۸۰۰۰	۸/۵۶۷/۳۶۸/۰۰۰	زمین جای گلخانه می باشد و مشافا دارای ۲۰۰۰ متر مربع ساختمان مسکونی و چاه آب و یرق می باشد
۱۴	میاندوآب	میاندوآب – یاروق	مقدار ۵۳/۵۳/۹۹۵۳ سهم از ۱۸۶۵۹ سهم شش دانگ پلاک ۱۴۲ فرعی از ۱۸۰ اصلی بخش ۵ مرغاه	مرغداری	مساحت شش دانگ ۱۸۶۵۹	۱۱/۱۵۳/۷۱۰/۰۰۰	
۱۵	شاهیندز	شاهیندز – روستای یوسف کند – ملک موسوم به شرکت تعاونی ۶ یوسف کند	۱۲ سهم از ۲۴۰ سهم اراضی دیم و ۳ سهم شماع از ۵ سهم از شش دانگ اراضی قریه یوسف کند پلاک ۱۶۹ بخش ۸ مرغاه	دامداری	۴۰۰۰	۶۹۱/۰۰۰/۰۰۰	اعیانی مستهلک می باشد
۱۶	شاهیندز	شاهیندز – روستای هاجه سو	مقدار ۴۰۹/۶۳ جزه شماع از ۷۸۵/۸۷ جزه شماع از شش دانگ یک باب خانه پلاک ۵۰۱ فرعی از چهار اصلی بخش ۱۵ مرغاه واقع در روستای هاجه سو به استناد ارزش تجاری و سفر قلمی	مسکونی	۷۸۵/۸۷	۵۴۵/۸۵۴/۰۰۰	
۱۷	شاهیندز	شاهیندز – روستای اسلام آباد	مقدار ۰/۱۸ سهم – سهم شماع از ۲۴ سهم شش دانگ قریه یو لایق پلاک ۸۰ اصلی	دامداری	۸۰۰۰	۱/۲۶۶/۰۰۰/۰۰۰	
۱۸	شاهیندز	شاهیندز – محدوده قریه خلوت	مقدار ۴ سهم شماع از ۶۰ سهم شش دانگ قریه خلوت پلاک ۸۱ اصلی بخش ۸ مرغاه	ارضی زراعی و باغی	۱۳۴۸۰۰	۳/۴۶۸/۰۰۰/۰۰۰	۱- یک قطعه باغ سیب عشر به مساحت ۵۰۰۰ متر مربع <p>۲- یک قطعه باغ سیب عشر به مساحت ۴۰۰۰ متر مربع</p> <p>۳- یک قطعه قلعه زار به مساحت ۳۰۰۰ متر مربع</p> <p>۴- یک قطعه زمین دیم – آبی (فصلی) به مساحت ۲۲۰۰۰ متر مربع</p> <p>۵- یک قطعه زمین دیم به مساحت ۲۲۰۰۰ متر مربع</p> <p>۶- یک قطعه زمین دیم به مساحت ۱۹۰۰۰ متر مربع</p> <p>۷- یک قطعه زمین یونجه زار به مساحت ۱۸۰۰۰ متر مربع</p> <p>۸- یک قطعه زمین آبی به مساحت ۲۰۰۰۰ متر مربع</p> <p>۹- یک قطعه زمین دیم – آبی (فصلی) به مساحت ۱۵۰۰۰ متر مربع</p> <p>۱۰- یک قطعه زمین به مساحت ۶۰۰۰ متر مربع</p> <p>۱۱- یک قطعه زمین دیم به مساحت ۸۰۰ متر مربع</p>
۱۹	شاهیندز	شاهیندز – روستای قر کوریی	مقدار ۰/۰۶ سهم شماع از یک سهم شماع از ۳۵ سهم سه دانگ شماع از شش دانگ اراضی روستای قر کوریی تحت پلاک ۱۷ اصلی بخش ۱۵ مرغاه	عاکارونی سازی	۵۰۰۰	۳/۸۹۷/۰۰۰/۰۰۰	
۲۰	نقده	نقده – مصدیار – میدان امام – نیش بلوار مدرس – خیابان ساحلی – کار رودخانه	یک دانگ شماع از شش دانگ پلاک ۲۸۰ فرعی از ۱۰۳ اصلی بخش ۱۱ ارومیه	مسکونی	مساحت شش دانگ ۲۳۵/۵۰	ارزش یک دانگ شماع از شش دانگ ۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰	بدون پیش پرداخت اولیه <p>ارزش شش دانگ ۱۲۰۰۰۰۰۰۰</p>
۲۱	نقده	نقده – خیابان امام – بلوار شهید بهشتی – کوچه امیرعلی مر حومی	۱/۵ دانگ شماع از شش دانگ یکباب واحد مسکونی پلاک ۳۳۲۹ فرعی از یک اصلی فروز و مجزی شده از پلاک ۱۰۰ فرعی از اصلی مر قوم واقع در نقده بخش ۱۱ ارومیه	مسکونی	مساحت شش دانگ ۳۲۱/۴۰	ارزش ۱/۵ دانگ از شش دانگ ۷۵۰/۰۰۰/۰۰۰	ارزش شش دانگ ۳۰۰۰۰۰۰۰۰
۲۲	نقده	نقده – جاده حیدر آباد – بالاوار از کارخانه نقده نقده – جنب جاده نقده، ارومیه	یک دانگ شماع از شش دانگ پلاک ۱۴ فرعی از ۱۹۶ اصلی قریه تازه کد بند بخش ۱۱ ارومیه	مرغداری	مساحت شش دانگ ۱۰۰۰۰	ارزش یک دانگ شماع از شش دانگ ۶۱۴/۰۴۵/۰۰۰	
۲۳	نقده	نقده – شهرک صنعتی یغمه نقده – قطعه ۵۲	شش دانگ عرصه و اعیان پلاک ۶۵ فرعی از ۴۲ اصلی قطعه ۴۷ تفکیکی فروز و مجزی شده از ۲۱ فرعی از اصلی مذکور بخش ۱۱ نقده	صنعتی	۱۹۶۰	۷۹۲/۷	۳/۸۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۲۴	نقده	نقده – جاده حیدر آباد – روبروی کارخانه نقده نقده	مقدار یک دانگ شماع از شش دانگ پلاک ۱ فرعی از ۹۱ فرعی از ۱۹۶ اصلی بخش ۱۱ ارومیه	پرور بندی کوساله	۳۴۰۰	۲۵۶۴	۳۹۷/۷۹۸/۰۰۰
۲۵	نقده	نقده – روستای توبوز آباد	مقدار ۰/۰۷۷/۰۷۷ سهم از ۶ سهم پلاک ۱۴۶ فرعی از ۱۷ فرعی از ۱۴۵ اصلی بخش ۱۱ نقده	مسکونی	۴۰۰/۶۰	۱/۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰	
۲۶	ارومیه	ارومیه – روستای تازه کنار دوشاه	مقدار ۱۷۸ سهم از ۲۷۳ سهم شش دانگ پلاک ۴۲۹ فرعی از ۱۳ اصلی واقع در بخش ۱۱۳ ارومیه	مرغداری	۲۴۶۱۷	۱۸/۵۰۸/۸۹۲/۰۰۰	
۲۷	ارومیه	ارومیه – خیابان امین – خیابان رفعتان – ۱۰ متری اول – پلاک ۱۰	شش دانگ عرصه و اعیان پلاک ۴۵۰۷ فرعی از ۱۹ اصلی فروز و مجزی شده از ۲۳۹/۲۵۵۶ فرعی از اصلی مذکور قطعه ۲ واقع در بخش ۱۵ ارومیه	مسکونی	۵۰۰/۶۰	۱۷/۶۸۰/۰۰۰/۰۰۰	
۲۸	ارومیه	ارومیه – جاده فلانویه – نرسیده به روستای اوصالو	مقدار چهار دهم سهم شماع از ۱۵ سهم عرصه و اعیان شش دانگ پلاک ۱۶۱ فرعی از ۸۵ اصلی واقع در بخش ۱۶ ارومیه	زراعی باغی	کل مساحت شش دانگ ۶۸۱۵۰ متر مربع و میزان مساحت سهم شماعی ۱۸۲۸/۷ متر مربع و مساحت کل مساحت کل ۶۶۵ متر مربع	ارزش سهم شماعی ۶۷۰/۰۰۰/۰۰۰	
۲۹	ارومیه	سلماس – روستای آخته خانه	مقدار ۵۱ سهم از ۸۸ سهم شش دانگ پلاک ۳۸۶ فرعی از ۱۱۳ اصلی فروز و مجزی شده از ۱۲۵ فرعی از اصلی مذکور بخش ۱۴ شهر سلماس	مسکونی	۳۷۴/۹۸	ارزش سهم شماعی ۸۵۷/۷۹۱/۰۰۰	
۳۰	ارومیه	ارومیه – جاده مهیاد – کیلومتر ۱۰ روستای نای بین	مقدار یک دانگ و یک سوم دانگ شماع از شش دانگ پلاک ۳۳۷ فرعی از ۲۹۲ فرعی از ۱۶ اصلی واقع در بخش ۱۳ ارومیه	انباری	مساحت بایر سند ۵۲۰۰	ارزش سهم شماعی ۲/۰۴۴/۰۰۰/۰۰۰	فسنتی از اعیانی بصورت پراکنده و مشترک در پلاکهای ۳۳۷ و ۳۳۶ و ۳۳۵ واقع گردیده است
۳۱	ارومیه	ارومیه – خیابان مینم – خیابان هادی – کوی دوم استاندارد – بیست متری میلاد – کدپستی ۵۷۱۹۷۳۳۸۵	مقدار ۵۳ سهم از ۱۰۰ سهم شش دانگ پلاک ثبتی ۲۷۳۸ فرعی از ۴۱ فرعی از ۱۰ اصلی بخش ۱۵ ارومیه	مسکونی	مساحت شش دانگ ۵۵۳/۹	۲/۳۴۸/۵۳۶/۰۰۰	مقدار ۵۰/۰۵ متر مربع در طرح تعریف خیابان میلاد واقع گردیده است
۳۲	ارومیه	ارومیه – واقع در ۲۰ کیلومتر اوتیان ارومیه، مهیاد – روستای عربلو	مقدار ۳ سهم از ۱۳ سهم عرصه و اعیان شش دانگ پلاک ۱۴۸ فرعی مجزی شده از پلاک ۳ فرعی از یک اصلی بخش ۱۱۳ ارومیه	مرغداری	مساحت شش دانگ ۷۶۳۳۷/۸۶	۲/۴۹۹/۰۰۰/۰۰۰	
۳۳	ارومیه	ارومیه – خیابان مدیریت – کوچه شماره ۸ – سمت چپ قطعه چهارم ساختمان نوساز	مقدار ۴۹ سهم از ۱۰۰ سهم شش دانگ تفکیکی بشماره پلاک ۱۵۸ فرعی از ۴ فرعی از ۱۳۶۱۱ اصلی بخش ۱۱ ارومیه و پلاک ۹ فرعی از ۱۳۸۳۶ اصلی بخش ۱۳ ارومیه	مسکونی	۱۹۶/۷۵	۴/۷۲۸/۰۰۰/۰۰۰	اعیانی شامل یکباب ساختمان ۴ طبقه شامل یک طبقه همکف و ۳ طبقه بالای همکف می باشد
۳۴	ارومیه	ارومیه – جاده لگد – روستای زیتان	مقدار ۳۰ سهم از ۷۰ سهم شش دانگ پلاک ثبتی ۲ فرعی از ۸ اصلی بخش ۷ ارومیه	دامداری	۱۸۱۰/۸۸	۲۹۱۵/۴۹	۳/۸۶۸/۱۲۹/۹۴۹
۳۵	اشنویه	اشنویه – روستای علی آباد	مقدار ۱/۴۱۱ سهم شماع از مجموع ۶ سهم شش دانگ پلاک ۱۸۱ فرعی از ۱۲۵ اصلی بخش ۱۱ اشنویه	زراعی	مساحت شش دانگ ۱۰۹۰۰	ارزش سهم شماع ۱/۴۶۱/۴۷۶/۰۰۰	
۳۶	اشنویه	اشنویه – روستای علی آباد	مقدار ۱/۶۸۶ سهم شماع از مجموع ۶ سهم شش دانگ پلاک ۱۸۶ فرعی از ۱۲۵ اصلی بخش ۱۱ اشنویه	زراعی	۱۹۸۰۲	ارزش سهم شماع ۱/۲۰۱/۸۵۳/۰۰۰	
۳۷	یوکان	یوکان – شهرک فرهنگیان – خیابان تربیت جنوبی – ۱۴ متری شستان ۱ – پلاک ۱	۱/۸۵ دانگ شماع از شش دانگ عرصه و اعیان پلاک ۱۳۲۷ فرعی از ۱۱۳۱ اصلی بخش ۱۷ یوکان	مسکونی	۳۰۰	۱۱۰	ارزش سهم شماع ۱/۰۹۲/۵۸۳/۰۰۰
۳۸	یوکان	یوکان – بلوار آزادی – کوی محمدیه – طبقه بالا – کوچه کل محمدی ۷ – پلاک دوم سمت چپ	۲/۸۷ سهم شماع از شش دانگ عرصه و اعیان پلاک ۱۸۶ فرعی از ۷۷ فرعی از ۱۱۳۱ اصلی واقع در بخش ۱۷ یوکان	مسکونی	۳۰۰	۱۰۷	ارزش سهم شماع ۱/۲۴۸/۰۵۰/۰۰۰
۳۹	یوکان	یوکان – خیابان ساحلی – نزدیک باشگاه ورزشی بانوان کوثر – حدفاصل کوچه یاسمن و ۲	مقدار ۲/۴۴ دانگ شماع از شش دانگ عرصه و اعیان پلاک ۴۵۷۸ فرعی از ۱۱۳۰ اصلی قطعه ۴۰ تفکیکی فروز و مجزی شده از ۳۲/۴۲۹۲ فرعی از اصلی مذکور بخش ۱۷ یوکان	مسکونی	۱۶۴/۹۲	۲۶۴/۳۰	۲/۹۳۳/۱۲۵/۰۰۰
۴۰	یوکان	یوکان – روستای آلیاغ	مقدار ۰/۴۴ سهم شماع آبی از ۲/۵ سهم آبی و ۲۶۰۰ سهم و ۱۲۸۱ هزار م اراضی آبی و دیسی سننیتان اراضی مزروعی از دو دانگ وحشت و هشت سهم و چهار شغیر شش دانگ قریه آلیاغ دارای اراضی ۱۲۲ اصلی واقع در بخش ۱۷ یوکان	گلخانه	مساحت شش دانگ ۲۰۰۰۰	۱/۵۴۶/۲۴۴/۰۰۰	
۴۱	چالدران	چالدران – خیابان رجایی جنوبی – کوچه سینا ۵	شش دانگ پلاک ۱۴۸۴ فرعی از ۱۸۸۲ اصلی	مسکونی	۱۵۶	۹۳۴/۰۰۰/۰۰۰	
۴۲	چالدران	چالدران – روستای حراملو	شش دانگ عرصه و اعیان یک واحد دامداری به پلاک ۳۵ فرعی از ۱۰۴ اصلی بخش ۳ خوی	دامداری	۱۳۶۴	۲۸۰	۹۵۰/۰۰۰/۰۰۰
۴۳	پلدشت	پلدشت – اراضی روستای مراد لوی علیا	مقدار ۱/۰۵۲ سهم شماع از ۲/۵ سهم شماع از ۵۰۰ سهم سه دانگ شماع از پلاک ۱۴۸ اصلی از شش دانگ اراضی مزروعی قریه مراد لوی علیا	دامداری	۴۴۰۰	۱۹۹۵	۱/۵۷۰/۶۰۰/۰۰۰
۴۴	پلدشت	پلدشت – خیابان آزادی – نیش کوچه حکیم	شش دانگ عرصه و اعیان ۶۱۹ فرعی از ۱۵۳ اصلی بخش ۳ حوزتین ماکو	منزل مسکونی	۳۹۴/۴۰	۴۱۴	۴/۲۱۸/۸۷۵/۰۰۰
۴۵	سردشت	سردشت – قلعه علامه بهشتی – نیش خیابان شهید میران – پلاک ۲۱	مقدار ۲۰۰۸۴۶۴ سهم شماع از ۵۹۳۳۷۲۰ عرصه و اعیان پلاک ۱۳ فرعی از ۱۵۷۲ اصلی بخش ۱۱ سردشت	مسکونی	۱۷۷/۵۵	۵/۶۵۹/۰۰۰/۰۰۰	
۴۶	سردشت	سردشت – خیابان اساده هیم – خیابان دانش – پشت ساختمان خوابگاه دخترانه آموزش و پرورش	مقدار ۱۵۷۳،۴۱۵۳۰۰ سهم شماع از ۷۴۴۴۰۰۰۰ سهم عرصه و اعیان پلاک ۱۵ فرعی از ۵۸۲ اصلی فروز و مجزی شده از ۲۵ فرعی از اصلی مذکور بخش ۱۱ سردشت	مسکونی	۲۹۲/۹۵	۳۵۳	۴/۳۳۰/۰۰۰/۰۰۰
۴۷	سردشت	سردشت – بلوار آزادی – خیابان شهید بریاجی – نرسیده به تریمال بین شهری – سمت چپ نیش کوچه عمومی	مقدار ۸۵۹۰،۱۱۰ سهم شماع از ۱۳۷۳۴۰۰۰ سهم پلاک ۱۵ فرعی از ۱۶۵ اصلی بخش ۱۱ سردشت	مسکونی	۱۲۲/۶	۳۶۰	۳/۸۵۸/۱۳۷/۰۰۰
۴۸	پیرانشهر	پیرانشهر – روستای ترک گزک پیران	شش دانگ عرصه و اعیان پلاک ۵۳ فرعی از ۱ اصلی واقع در بخش ۱۲ ارومیه (قطعه ۵ تفکیکی)	مسکونی	۳۵۳	۳۵۵	۷۰۰/۰۰۰/۰۰۰

جدول شماره ب) واگذاری حق اخراج بصورت نقد و از طریق عقد صلح)

ردیف	نام شعبه	آدرس	مشخصات ثبتی ملک	نوع ملک	متراژ <p>عرصه</p> <p>اعیان</p>	قیمت پایه (ریال)	توضیحات
۱	سلماس	سلماس – شهرک صنعتی سلماس	مقدار ۹۵/۱۲۵ سهم شماع از ۳۰۰۰۰ سهم شش دانگ یک قطعه مرغ تخ که با تسایست صنعتی تبدیل شده است بشماره پلاک ۲۸۵/۱۲۵/۰۱۲۵ اصلی واقع در بخش ۱۴ سلماس	صنعتی	۴۱۵۲/۹۵	۲۹/۶۵۵/۶۰۵/۰۰۰	
۲	سلماس	سلماس – روستای صدیقان	شش دانگ پلاک ثبتی ۱۹/۲۲ اصلی بخش ۱۴ سلماس	مزروعی	۵۰۰۰۰	۸۱۲/۶۸۱/۰۰۰	

# « آگهی مزایده عمومی اموال مازاد غیر منقول »















##### اخبار کوتاه داخلی

##### همدلی و اتحاد فوتبالبست ها در عرشه کشتی



بازیکنان تیم ملی پس از چند روز تمرین پرشار، دیروز به صورت تیمی از اسکله پیکوز در استانبول دیدان کردند.

به گزارش فارس، در این استراحت تیمی بازیکنان با روحیه بالا و چهره‌هایی بشاش حاضر شدند و تصاویر زیبایی را از همدلی و اتحاد در فاصله ۲۰ روز تا جام جهانی به نمایش گذاشتند.

دیدار دوستانه ایران و ترکیه ۷ خردادماه در استانبول برگزار خواهد شد.

##### کماندار ایرانی به نیمه نهایی مسابقات جهانی راه یافت

«نما مجوبی» کماندار ایرانی با غلبه بر کماندار هندی به نیمه نهایی مسابقات جهانی تیراندازی با کمان راه یافته به گزارش فلرادیون تیراندازی با کمان، در ادامه رقابت‌های جهانی تیراندازی با کمان که به میزبانی ترکیه برگزار می‌شود،ملی‌پوشان کشورمان در کامیوند مقابل اتریش با مصاف حرفیان رفتند،مجبوبی بعد از یک دور استراحت، در دور دوم مقابل حرفیای از روسیه با اختلاف یک امتیاز و با نتیجه ۱۴۶ بر ۱۴۵ به برتری رسید و به مرحله یک‌شانزدهم راه یافت. وی در این مرحله در دیدار با نماینده اتریش با نتیجه ۱۷۸ بر ۱۴۶ پیروز شد. مجبویی در مرحله یک هفتم مقابل کماندار هلندی قرار گرفت و با امتیاز ۱۴۶ بر ۱۴۴،۱ پیروزی دست یافت تا در نیمه نهایی این مسابقات مقابل کماندار هندی قرار گیرد. این دیدار مجبویی با امتیاز ۱۷۲ بر ۱۴۶ پیروز شد و به مرحله نیمه نهایی این مسابقات راه پیدا کرد. اسماعیل علادی، پرمسا برتاجی و راحله فارسی با شکست در برابر حرفیان از ادامه مسابقات بازماندند.

##### پرچمداران ایران در رقابت‌های پارآسیایی



کمیته ملی پارالمپیک، اساتره جوامردی و «سمیرا ارم» دو بانوی ورزشکار را به عنوان پرچمداران ایران در مراسم افتتاحیه و اختتامیه سومین دوره بازی‌های پارآسیایی جاکارتا برگزیده گزارش ایرنا، جوامردی بانوی تیرانداز معلول ایران، در رقابت های اخیر قهرمانی جهان در کره جنوبی با کسب دو نشان طلا و عنوان قهرمانی جهان نخستین سهمیه پارالمپیک توکیو را کسب کرد. وی همچنان در رشته خود تنها بانوی مدال آور پارالمپیکی است که این عنوان را بدی می کند.

بانو ارم عضو تیم ملی تیراندازی هم به عنوان پرچمدار ایران در مراسم اختتامیه این بازی ها انتخاب شده است.ارم در رقابت‌های قهرمانی جهان در کره جنوبی موفق شد در ماده تانچجه خفیف بانوان در بخش انفرادی رکوردشکنی کند. این رکورد تا پیش از این برای مدت ۲۰ سال در اختیار کره ای ها بود.سومین دوره بازی های پارآسیایی ۱۴ تا ۲۱ مهر ماه امسال با حضور سه هزار و ۵۸۹ ورزشکار از ۴۳ کشور آسیا در ۱۸ رشته ورزشی به میزانی الودنی در شهر جاکارتا برگزار خواهد شد.

##### آغاز لیگ ملت های والیبال با شکست شاگردان ولاسکو

لیگ ملت های والیبال ۲۰۱۸ در دیروز با شکست تیم ملی آرژانتین با هدايت خولیو ولاسکو، مقابل آمریکا آغاز شد.

به گزارش ایرنا، لیگ ملت های والیبال از سال ۲۰۱۸ جایگزین لیگ جهانی شده است. در این مسابقات ۱۶ تیم در پنج هفته به مصاف هم می‌روند.این دوره از رقابت ها در ظاهر دیروز آغاز شد و در نخستین مسابقه، آرژانتین با نتیجه سه بر دو مقابل آمریکا شکست خورد. آرژانتین ست های اول و دوم را با نتایج ۲۷ بر ۲۵ و ۲۶ بر ۲۴ به سود خود رقم زد، اما در سه ست بعدی در ترتیب با امتیازات ۲۶ بر ۲۲، ۲۲ بر ۱۵ و ۲۱ بر ۱۰ به حریف خود واگذار کرد تا ولاسکو و شاگردانش مسابقات را با باخت آغاز کنند. تیم ملی ایران شب گذشته در نخستین گام به دیدار فرانسه رفت.

## وزیر بهداشت از بیمارستان‌های جنوب شهر تهران بازدید کرد

وزیر بهداشت همزمان با هشتجین شب از ماه مبارک رمضان، از سه بیمارستان شهدای یاقث آباد، شهدای هفتم تیر و فیروزآبادی در جنوب شهر تهران بازدید کرد.

به گزارش مهر، در این بازدیدها که تا بهامداد جمعه به طول انجامید، وزیر بهداشت ضمن بازدید از بخش های مختلف این بیمارستان ها، از بیماران بستری حیات و با پرسنل این بیمارستان ها، گفتگو کرد. دکتر سید حسن هاشمی از بخش های اورژانس، جراحی زنان، LDR، ICU، CCU،ICU،بیمارستان شهدای یاقث آبادبازدید و دستوراتی برای تامین دستگاه های س تی اسکن، ام آر آی و تسریع در رفع مشکلات پروژه طرح توسعه این بیمارستان صادر کرد.

وی همچنین از بخش های اورژانس، ICU، طرح توسعه ۳۲۰تختخوابی و پروژه کلینیک ویژه تخصصی و فوق تخصصی در حال ساخت بیمارستان شهدای هفتم تیر بازدید و دستور تأمین تجهیزات بخش جدید ICU و نیز MRI این بیمارستان را صادر کرد.

وزیر بهداشت در نخستین ساعات ابامداد جمعه نیز از بخش های مختلف بیمارستان فیروزآبادی شهر ری شامل اورژانس، CCU،، کلینیک ویژه در حال ساخت، NICU، بخش در حال تجهیز ICU، همچنین طرح توسعه ۳۲۰تختخوابی این بیمارستان که در حال حاضر ۷۵درصد پیشرفت فیزیکی دارد، بازدید کرد.

##### «روزی که فراوش نمی‌شود

وزیربهداشت در پیام کوتاهی، به مناسبت آذاسازی مهرشهر، تلاش و اراده یکایک ایرانیان را وظیفهای در جهت آبادانی ایران و ادامه راه جهادگران دلآور این دیار برشمرد.

به گزارش ایسنا، تین این پیام که در صفحه اینستاگرام وزیر بهداشت منتشر شده به شرح زیر است: «روزی که فراوش نمی‌شود روزی که تراش نمی‌شود و کشور، روزها و مناسبت‌هایی وجود دارد که هیچ گاه فراوش نمی‌شود.

سوسم خرداد از آن جمله است؛ روزی که اراده ملت شریف ایران در سایه جهاد دلآوران این دیار، رنگ حقیقت به خود گرفت و خونین‌شهر دیواره خرمشهر شد.

امروز نیز بر یکایک ما فرض است که با اراده و تلاشی خستگی ناپذیر، راه آن بزرگواران را ادامه دهیم و نقش خود را در ساختن ایرانی آباد و آزاد ایفا کنیم».

## بازدید شبانه شهر دار تهران از بافت های فرسوده شوش و خراسان

شهردار تهران پنجشنبه شب در فرسوده تهران از منطقه ۱۵ در جریان بازدیدها و آسیب های اجتماعی این منطقه قرار گرفت. سیدمحمدعلی افشانی شهردار تهران شب گذشته از بافت فرسوده منطقه ۱۵ بازدید و در جریان معاضات و آسیب های اجتماعی این منطقه نیز با خواسنما تهیه آمار دقیق و تفکیک شده استان و شهر مدجوجان شد و شهر مدجوجان شد.

به گزارش ایسنا در این بازدید، افشانی به همراه حسن رباطی معاونین این منطقه، همچنین این سازمان خدمات اجتماعی شهرداری تهران، خیاان خراسان، محله مینایی و «بازدیدگردند» و در جریان تفکیک شده استان و شهر مدجوجان، بافت های فرسوده این محلات قرار گرفتند. شهردار تهران در ادامه بازدید سرزده راهی مدجودی- خواروان افتشانی به رئیس سازمان خدمات اجتماعی شهرداری تهران تاکید کرد: به سرعت آمار دقیق و تفکیک شده استان و شهر مدجوجان را ارائه‌ کند تا در برنامه‌ریزی برای مدیریت آسیب های اجتماعی به عنوان سند برنامه مورد استفاده قرار گیرد.

مسابقات کشتی بازی های آسیایی ۲۰۱۸ جاکارتا در حالی اواخر مرداد ماه امسال در پایتخت الودنی برگزار می‌شود که حضور کشتی گریان روسی در ترکیب برخی از تیم های آسیایی، ضمن افزایش سطح فنی، کار ملی پوشان ایران را برای مدال آوری سخت خواهد کرد.

به گزارش ایرنا، بعد از فروپاشی شوروی سابق و تقسیم این کشور به جمهوری های مختلف، هر چند در اوایل دهه ۹۰ میلادی ورزش روسیه و به خصوص کشتی توانست افتخارات گذشته را تکرار کند اما نژارها با پشت سر گذاشتن مشکلات سیاسی، آرام آرام خود را در ورزش جهان و به خصوص کشتی مطرح کردند.

قدرت روس ها تا جایی پیش رفته است که اکنون تأمین کننده کشتی گریان بسیاری از کشورهای تازه استقلال یافته از شوروی سابق، کشورهای اروپایی و عربی است و به نوعی ورزش کشتی هم اکنون تحت سیطره کامل آنها قرار دارد. این خاستک به همبسیال مامانشولی» هم اکنون نائب رئیس اتحادیه جهانی کشتی است و نفوذ او را «نندالوچ، رئیس سرمیانی اتحادیه جهانی باعث شده است تا بسیاری از تصمیمات اتحادیه متمر از شخص قدرتمند کشتی روس،پاشدیکارهای کشتی آزاد و فرنگی قهرمانی سال ۲۰۱۸ آسیا در اسفند ماه سال گذشته دربرشکست قزیزستان برگزارگردد که کشتی آزاد ایران نائب قهرمان تیم ملی فرنگی در رده پنجم قرار گرفت.

در این یارکهاحضور کشتی گرایانی

فلرادیون فوتبال جهانی (فیفا) شعار ۳۲ تیم حاضر در

جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه را اعلام کرد. سابت فلرادیون قهرمانی فوتبال(فیفا)، در زمان ۲۰ روز مانده به آغاز مسابقات جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه، شعارهای ۳۲ تیم حاضر در این رقابت ها را اعلام کرد.» ۸۰ میلیون نفر یک ملت و یک ضربان قلب، شعارای است که برای تیم ملی ایران انتخاب شده از سوی هواداران است.

شعار ۳۲ تیم حاضر در جام جهانی به شرح زیر

است:

آرژانتین: با هم برای یک رویای واحد

استرالیا: شجاع و جسور باش، استرالیایی های سبز

و طلایی

بلژیک: شایطین سرخ در ماوریت واحد

برزیل: بیشتر از ۲۰۰ ستاره، ۵۰ میلیون قلب

کلمبیا: برای دستیابی به یک رویا، سه رنگ و ۵۰ میلیون قلب

کلمنتاریا: هیچ چیز غیرممکنی وجود ندارد وقتی

یک ملت هستی.

کرواسی: کشور کوچک، آرزوهای بزرگ

دانمارک: با هم تاریخ سازی می کنیم

انگلیس: با پیروزی در یک روز ما برگردیم

مصر: وقتی می گویم فرانسه، تمام دنیا باید ایستند

و گوش دهند

از جمهوری های مختلف روسیه همچون افغانستان با کشور گرجستان به خصوص در تیم های ازبکستان و قزاقستان مشهود بود.

«ماگومد ابراکیم اف» دارنده مدال برنز المپیک در وزن ۹۷ کیلوگرم، «شسید قزبان اف» دارنده مدال برنز جهان در وزن ۷۹ کیلوگرم، «جنربیل شاپیف» در وزن ۸۶ کیلوگرم سه کشتی گیر افغانانی الاصل ازبکستان



هستند.»دودید موزدانشولی» گرجستانی نائب قهرمان المپیک و نغم سوم جهان در وزن ۱۲۵ کیلوگرم به دیگر کشتی‌های دوتابعیتی انزستانی هاست.»گورگی ساگانالیدزه» کشتی گیر آزاد گرجستانی در وزن ۱۲۵کیلوگرم در ترکیب تیم قطر «مادام باپتروف» کشتی‌گری روسی الاصل در وزن ۷۴ کیلوگرم و دارنده مدال طلای اروپا در ترکیب تیم بحرین و «مسلم اولوفیغ» و «ماگومد موسیف» کشتی‌گری روسی الاصل در وزن هسای ۷۴ و ۹۷ کیلوگرم در ترکیب تیم قزیزستان به میدان می‌روند.نوسلیم سانایف، قهرمان وزن ۶۱

### ورزشی

# شعار ۳۲ تیم حاضر در جام جهانی



ایسنا: پیا رویاهایمان را با واقعیت تبدیل کنیم ایران: ۸۰ میلیون نفر، یک ملت و یک ضربان قلب

ژاپن: زمان جدال است، ای سامورایی آبی

کره جنوبی: پلنگ های آسیا دنیا را فتح می کنند

مکزیک: ساخت مکزیک، برای پیروزی ساخته شده

است

مراکش: شیرهای اطلس، افتخار مراکش

نیجریه: بالاهای افتخار آفرینا

پاناما: پاناما قدرت رد دریا

پرو: ما برگشتیم، ۳۰ میلیون پرویی اینجا در یک

اتوبوس

لهستان: پیش برو لهستان

پرتغال: افتخار دو گذشته، حال حاضر تاریخ است

روسیه: با قلب های گشاده بازی کنید

عربستان: اسب های صحرا

سنگال: غیر ممکن سنگالی نیست

عربستان: یک تیم، یک رویا، عربستان

اسپانیا: ما هم شکست ناپذیر هستیم

سوئد: با هم برای سوئد

سوئیس: چهار زبانی ملت

تونس: روسیه عاقب ها می آیند اینجا بازیکنان و

هواداران تونس دست در دست هم می آیند

اوغونده: خوشبخت در روسیه می درخشید، آسمان همهجا

آبی روشن است

مسابقات جام جهانی فوتبال ۲۰۱۴ خرداد با دیدار روسیه

میزبان با عربستان از گروه Aآغاز خواهد شد.

سرمربی پرتغالی تیم ملی فوتبال ایران به خبرگزاری رویترز گفت که پس از پایان مسابقات جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه، ایران را ترک می کند.

به گزارش ایرنا، کارلوس کی‌روش در گفتگو با

خبرگزاری رویترز افزود: به رغم پیشنهاد فلرادیون فوتبال ایران برای تمدید قراردادش، پس از پایان مسابقات جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه ایران را ترک خواهد کرد.کی‌روش با اشاره به پیشنهاد فلرادیون فوتبال ایران مبنی بر تمدید قرارداد او تا پایان مسابقات جام ملت های آسیا در

قربان گفت: این پیشنهاد برخلاف انتظاراتم بود.سرمربی اسبق تیم فوتبال زنان

مادری اسپانیا تاکید کرد: پس از این همه سال تمدید قرارداد من تنها برای شش

ماه از سوی فلرادیون ایران، حاکی از قدر ناشناسی است و نشان می دهد که قدر

ما مرا ندانسته اند. این پیشنهادی است که از دیدگاه من قابل قبول نیست.کی‌روش

تصریح کرد که دیگر مذاکرات را تمام شده می داند.کی‌روش در حال حاضر در

کنار تیم ملی کشورمان در اردوی آمادگی در استانبول ترکیه به سر می برد.

کارگران ورزشکار ایران دیروز و در دومین دوره رقابت‌های جهانی ورزشی کارگران (جام جهانی شرکت ها) در فرانسه با غلبه بر حریفان خود به

هشت نشان طلا دست یافتند.

در رشته دو و میدانی تیم آلتکو استون همدان با غلبه بر حریفان خود در

اولخ مانده مدال طلا رسیلند.در تیر پرتاب وزنه «فاطمه خیاطی» با حد نصاب

۱۲۶۰ موفق به کسب مدال طلا شد.در ماده ۲۰۰ متر زنان «فاطمه نصرآبادی»

رکورد ۲:۳۱.۴۰ ثانیه را ثبت کرد و در رده سنی BBعلاقه‌ای شد.ایمان پارولی» هم

به بخش ۱۰۰۰ متر مردان با حدنصاب ۱:۵۴ ثانیه مدال طلا را از آن خود کرد و

«هادی خویریان» با حد نصاب ۲:۰۱ ثانیه جدول دوم را به خود اختصاص داد و

در دو ۱۰۰ متر زنان «مریم طوسی» هم طلایی شد.سجاد هاشمیان» در دو

۱۰۰ متر، «علی قاسمی» در پرش طول با ثبت رکورد ۶:۶۶ سانتی متر «درویش»

ولی خود را مداه برزنی و مدال طلا گرفتند.شهره «مصره رضایی» در

بخش انفرادی مسابقات پینگ پنگ هم بر سکوی نخست ایستاد.

عضو تیم ملی تنیس روی میز ایران هم با پیروزی بر حریف قدرتمند آلمانی

خود موفق به کسب عنوان قهرمانی شد.

تخصیص داده شده‌اند اما هنوز از سازمان برنامه به

وزارت کشور و پس از آن به کمرگ و خودروساز

ایران نشده است.تفکته‌علاوه بر این خودروساز هم

خودرو نمی دهد، این حالی است که هر سال

باید ۸۰۰۰ تاکسی نوسازی شود تا متوسط سن

پورسیداقایی با بیان این که ۱۰هزار دستگاه تاکسی

در نوبت نوسازی معطل هستند، افزود: باید حضور

محمدعلی افشانی را به پشت بخت تهران به فال کش

می‌گیرم، بخت‌های وی در وزارت کشور هم دستاوردهای

خوبی در این زمینه داشته‌اند و امید است که اتفاقات

خوبی در این زمینه رخ دهد، چراکه شهردار تهران در

جلسه شورای معاونین هم بر پیگیری مساله نوسازی

تاکسی تاکید داشتند.

معاون حمل و نقل و ترافیک شهرداری تهران

با اشاره به تسکین تحویل تاکسی‌های ون هم گفت: سال

گذشته ۲۵۰ دستگاه ون خریداری کردم که در مرحله

تحویل است اما خودروسازها با توجه به تغییرات نرخ ارز

می‌خواهند قیمت‌ها را تغییر بدهند اما ما موافق نیستیم،

چراکه قراردادها را قبل از امسال منعقد کردیم.

چه تضمین‌هایی هستیم، تاکید کرد: در قبال

پایبندی کامل ایران به تعهدات برجام، تجربه‌ها

باید لغو شود و کشورمان بتواند فعالیت‌های

اقتصادی‌اش را ادامه دهد.وی گفت: برای نمونه

در فروش نفت، قبل از برجام با محدودیت‌های

و تحریم‌هایی مواجه بودیم که پس از برجام

این تحریم‌ها رفع شد. اگر تحریم‌های آمریکا

برگردد و ما بتوانیم صدور نفتمان را مانند الان

ادامه دهیم این نقض آشکار برجام و نوعی

محدودیت است که نمی‌توانیم قبول کنیم.

تخت روانچی تاکید کرد: اگر بر اثر

تحریم‌های آمریکا در صورت نیت ما خدشه

وارد شود این را باید کنار گذاشت. در مسائل

کسی می‌خواهد جریان کند؟ اگر اروپایی‌ها

اداره دارند که می‌توانند از طریق روش‌هایی که

دارند آن را تضمین کنند باید به بگویند که

تضمین‌های عینی چیست.این دیپلمات ارشد

اظهار داشت: دولت تمرکز ما بر این است

که مذاکرات طبق اصولی که تعیین کردیم به

کجا می‌رسد.

موضوع ما بسیار روشن است و چیز

عجیبی مطرح نمی‌کنم. ما به تعهداتمان عمل

روشن است، این برجام نقد باید براساس

آنچه برجام پیش می‌کرده است منتاسب با

تعهداتمان منافع داشته باشیم که باید به آن

برسیم اگر کسی هست تضمین کند بسم الله

وگرنه، روش دیگری را اعمال می‌کنیم.

معاون سیاسی دفتر رئیس جمهوری تاکید

کرد: موضع ما درباره برنامه موسیقی کاملاً

تضمین‌دهنده لازم و عینی است. ما به بدنمان

که منافع ما در برجام تأمین می‌شود، قطعاً

روش‌های دیگری را اعمال می‌کنیم و مشخص

می‌شود که حاضر نیستیم در هر شرایطی در

برجام بمانیم.

به گزارش ایسنا، مجید تخت روانچی در

پاسخ به پرسشی درباره رویکرد احتمالی اروپا

برای فرایشی کردن مذاکرات تاکید کرد: پس

از اعمال خروج آمریکا از برجام، مهلتی که

رئیس جمهوری برای مذاکرات تعیین کرد چند

تخریب و کنترت مردم که کند فاعل، اما ایران

در جهتی حرکت نمی‌کند که به صلح و ثبات

برسیم چنانکه در سوره در این چارچوب و

تحرکه و روسیه همکاری می‌کنیم.

از اضافه کرد: در یم گفتگوهایی با

اروپایی‌ها داشتیم تا بتوانیم به صلح و ثبات



شنبه ۵ خرداد ۱۳۹۷ - ۱۰ رمضان ۱۴۳۹ - ۲۶ به ۲۰۱۸ سال نود و دوم - شماره ۲۷۰۱۲

##### اخبار کوتاه خارجی

##### اینستا رسما به لیگ ژاپن پیوست



هافبک سرشناس ایپا اناری ها با باشگاه ژاپنی به توافق نهایی رسید

و قرارداد امضا کرد.

به گزارش ایسنا، آندرس اینستا ستاره سابق بارسلونا مقصد بعدی خود را رسماً معرفی کرد. کاپیتان سابق ایپا اناری ها با باشگاه اویسل

کوبه، به توافق نهایی رسید و قرارداد امضا کرد.

ایینستا از چند تیم پیشنهاد داشت اما در نهایت تصمیم گرفت که راهی

لیگ ژاپن شود.

خط و نشان مهاجم مکزیک برای قهرمان جهان

کارلوس ولا می گوید: مکزیک ترسی

از آلمان ندارد و حتی توان شکست این

تیم را هم در اولین بازی دو تیم در جام

جهانی دارد.

به گزارش گلوبو، تیم ملی مکزیک

یکس از تیم هسای حاضر در جام جهانی

یاسد در این رقابت‌ها برابر آلمان،

سوئد و کره جنوبی در مرحله گروهی

قرار گیرد.

کارلوس ولا مهاجم تیم ملی مکزیک درباره بازی با آلمان گفت:

آلمان از تیم های خوب جام جهانی است و قدرت بالایی هم دارد ولی











به کوچکی گناه نگاه نکنید بلکه به چیزی [نافرمانی خدا] که بر آن جرات یافته اید بنگرید.

وسایل الشیعه

## شما یک درونگرای مضطرب هستید!



اضطراب، صدایی است که پشت سرتان می شنوید. صدایی که دائم می گوید «یک چیز بد در حال وقوع است». برای همین است که ساعت ۲ نیمه شب ناگهان از خواب می پرید و به کار شرم آورده که ۵ سال پیش انجام داده اید فکر می کنید.

اضطراب و پریشانی عارضه ای است که هر آدمی با هر نوع ویژگی شخصیتی می تواند به آن دچار شود. یک فرد درونگرا و یک فرد برونگرا هر دو در معرض اختلال اضطراب هستند. با این حال اضطراب برای افراد درونگرا به بخشی از روند طبیعی زندگی تبدیل می شود. همچنین می توان گفت این اختلال در میان افراد درونگرا شایع تر است. اختلال اضطراب که شامل نگرانی و ترس درباره اتفاقات است در برخی موارد همراه با حمله هراس و دردهای جسمی است.

در صفحه ۶ بخوانید

## ۱۰۰۰ پیک تکه آسمان



خدایا هر زمان که از ما تقصیری سر زند که مستوجب خسران در دین یا زیان در دنیا شویم، پس آن خسران را در آن یک که زود گذرتر است (یعنی دنیا) قرار ده و عفو از عقوبت را در آنچه دوامش طولانی تر است (یعنی دین) بر قرار ساز و چون آهنگ دو کار کنیم که یکی از آنها ترا از ما خشنود کند و آن دیگر ترا بر ما خشمگین سازد، پس به آنچه تو را از ما خشنود کند متمایلان ساز، و از قدرتمان بر آنچه موجب خشم تو بر ما است بکاه، و در این مرحله نفس ما را در اختیار خود آزاد مگذار، زیرا که نفس جز در آنجا که تواسش توفیق دهی گزیننده باطل است، و جز در آن مورد که تواسش رحم کنی بکار بد فرمان دهنده است.

دعای نهم صحیفه سجاده

خاطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید  
روی پاکت نامه بنویسید: مربوط به ضمیمه خانواده  
ایمیل ضمیمه خانواده روز نامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)  
khanevadeh@ettelaat.com  
شماره تماس: ۲۹۹۹۴۵۸۱

## ۱۰۰۰ قاب عشق



صفحه ۷

## شیعه درست بازی با کودک

دکتر از پیرزن تشکر کرد و مشغول خوردن چای شد، پیرزن هم مشغول خواندن دعا بود. دکتر ناگهان متوجه کودک خردسالی شد که بی حرکت بر روی تختی نزدیک پیرزن خوابیده بود، و پیرزن هر از گاهی او را تکان می داد.

پیرزن مدتی طولانی به دعا مشغول بود، که دکتر به او گفت: من شرمندۀ این لطف و کرم و اخلاق نیکوی شما شدم، امیدوارم که دعاهايت مستجاب شود. پیرزن گفت همه دعاهايم همه قبول شده است؛ بجز یک دعا.

دکتر گفت: چه دعایی؟ پیرزن گفت: این طفل معصومی که جلوی چشم شماست نوه من است که نه پدر دارد و نه مادر، و به بیماری مزمنی دچار شده که همه پزشکان این شهر از علاج او عاجز هستند. به من گفته اند که یک پزشک جراح بزرگی به نام دکتر «ایسان» هست که او قادر به علاجش هست ولی او خیلی از ما دور است و دسترسی به او مشکل است و من هم نمی توانم این بچه را پیش او ببرم. می ترسم این طفل بیچاره خوار و زمین گیر شود. پس از خدا خواسته ام که کارم را آسان کند.

دکتر «ایسان» می گوید در حالی انگار دچار برق گرفتگی شده بودم به گریه افتادم و گفتم: که دعای تو، هوایماها را از کار انداخت و باعث زدن صاعقه ها شد و آسمان را به باریدن و داشت. تا اینکه من دکتر را بسوی تو بکشاندو من هرگز باور نداشتم که به خدا فقط با یک دعا چنین کارهایی را انجام می دهد.

روزی جراح مشهوری به نام دکتر «ایسان» برای شرکت در یک کنفرانس علمی که جهت بزرگداشت و تکریم او برگزار می شد، با عجله به فرودگاه رفت. هنگام پرواز به خاطر اوضاع نامساعد هوا و رعد و برق و صاعقه، که باعث از کار افتادن یکی از موتورهای هواپیما شده بود کادر پرواز اعلام کردند مجبوریم فرود اضطراری در نزدیک ترین فرودگاه داشته باشیم.

پس از فرود اضطراری، دکتر بلافاصله به دفتر استعلامات فرودگاه رفت، به او گفتند به علت اوضاع بد جوی و نقص هواپیما باید ۱۶ ساعت در فرودگاه منتظر بماند. اما اگر خیلی عجله دارد می تواند یک ماشین کرایه کند چون تا مقصد سه ساعت بیشتر نمانده است.

دکتر ماشینی را کرایه کرد و راه افتاد که ناگهان در وسط راه اوضاع هوا نامساعد شد و بارندگی شدیدی شروع شد. به طوری که ادامه دادن راه برایش ممکن نبود. کم کم احساس کرد راه را گم کرده که ناگهان کلبه ای کوچک توجه او را جلب کرد. توقف کرد و در زد. صدای پیرزنی را شنید که می گوید: هر که هستی، در باز است. دکتر داخل شد و از پیرزن که زمینگیر بود خواست که اجازه دهد از تلفنش استفاده کند. پیرزن خنده ای کرد و گفت: کدام تلفن فرزندم؟ اینجا نه برقی هست و نه تلفنی، همه آنها قطع است ولی بفرما و استراحت کن و برای خودت استکانی چای بریز تاخستگی بدر کنی و کمی غذا هم هست که اگر گرسنه ای بخور.

## ۱۰۰۰ پیک تکه مادر



▲ شیرینی سفره های رمضان / عکس ها: ایرنا



## • یگانه خدای

ماه رمضان آنقدر خوبی دارد که حتی می‌شود گفت بهترین ماه خداست. چه کسانی که روزه می‌گیرند و چه آنهایی که به هر دلیل نمی‌توانند در این ماه روزه‌دار باشند تلاش می‌کنند در این ۳۰ روز زندگی شان را به شکلی تغییر دهند که به خدا و به یکدیگر نزدیک‌تر شوند. رسم قدیمی و دوست داشتنی افطاری دادن به دیگران و سنت و آیین کمک به نیازمندان از آن کارهایی هستند که می‌توانیم با آنها هم خودمان را شاد کنیم و هم دیگران را. اگر به قول امروزی‌ها دنبال حس خوب می‌گردید می‌توانید این دو راه را امتحان کنید و اگر دنبال راهکارهایش هستید این گزارش را بخوانید!

### افطاری ساده

افطاری دادن به فامیل و دوستان یکی از به یادماندنی‌ترین خاطرات ماست و ماه رمضان بچگی‌هایمان پر از این خاطره‌ها است. بزرگتر هم که شدیم خودمان آستین‌ها را برای افطاری دادن و ساختن خاطره‌های تازه برای خودمان و کودکان مان بالا زدیم. هرچند که این میهمانی‌ها کمی تغییر کرد و بی تعارف با چشم و هم چشمی‌ها کمی لاکچری شد. شاید همین مساله هم دست مان را برای این کار بست و تعداد میهمانی‌های افطاری خودمان و دیگران کمتر شد.

کار افطاری‌ها به چند غذا و چند مدل پیش غذا و دسر رسیده و حتی در این روزها سایت‌های آشپزی و کانال‌های مختلف هر روز منوهای افطاری پیشنهاد می‌دهند و در گروه‌های خانوادگی یکی از پرطرفدارترین بحث‌ها همین مساله است!

حتما داستان افطاری‌های لاکچری در رستوران‌های مختلف یا در میهمانی‌های خاص را هم شنیده اید. با این اوصاف چطور می‌توانیم با درآمدها و مشکلات اقتصادی این روزها، هم در ماه رمضان دوستان و اهل خانواده را ببینیم و هم ثواب افطاری دادن را ببریم؟

پیشنهاد ما افطاری‌های ساده است. حتما در ماه رمضان درباره مزایای افطاری ساده شنیده‌اید اما ممکن است با خودتان فکر کنید که با این کار ممکن است پشت سرتان حرف بزنند و نتوانید دیگر میان خانواده و دوستان سر بلند کنید!

اما باور کنید این‌طور نیست. شما قرار نیست به میهمان‌هایتان بی احترامی کنید. کنار هم هستید و حرف می‌زنید و می‌خندید و معاشرت می‌کنید و البته پذیرایی می‌کنید اما ساده.

با چند راهکار و غذاهایی که پیشنهاد می‌دهیم می‌توانید این میهمانی ساده و دوست داشتنی را برگزار کنید. ابتدا یک فهرست ساده بنویسید: نان تازه، پنیر، گوجه فرنگی و خیار، شیر، سبزی خوردن، خرما، حلوائی که خودتان می‌پزید، شیربرنج و فرنی

## راه‌های ساده و ارزان برای داشتن ماه رمضان به یادماندنی

# سفره‌های به وسعت دل‌مان



آش شله قلمکار تهران، سراغ کنتل، کوکو و شامی‌ها هم می‌توانید بروید. هم سریع درست می‌شوند و هم طرفدار زیاد دارند. شیوه‌های جدید و متفاوت پخت این غذاها را در اینترنت می‌توانید پیدا کنید که سفره‌هایتان را جذاب‌تر هم می‌کند. هرچند که همان شیوه و شکل سنتی گاهی بسیار جذاب‌تر است!

میوه و شربت‌های خنک هم سر سفره بگذارید یا بعد از افطار با آنها از میهمانان تان پذیرایی کنید. هوا کمی گرم است و روزها طولانی. برای همین خیلی از روزه‌داران دوست دارند شربت بخورند و چند ساعت تشنگی را جبران کنند. شربت‌های ساده‌ای مثل شربت آبلیمو، خاکشیر، تخم شربتی با عرق بیدمشک یا شربت گلاب گزینه‌های بسیار خوش طعم و خوش بویی هستند.

این خوراکی‌ها برای سلامتی هم بسیار مفید هستند و مضرات افطاری‌های پر چرب و شیرین را که به معده و کبد آسیب می‌زنند و باعث چاقی

خوراکی‌هایی هستند که می‌تواند سفره افطار تان را زیبا کنند. قرار نیست همه آنها را داشته باشید و می‌توانید بین خوراکی‌هایی مثل حلوا و شیربرنج و فرنی یکی را انتخاب کنید.

غذا بخش مهمی از افطاری شماست اما قرار نیست بادیس‌های برنج و مرغ و خورش‌های مختلف هم خودتان را در حالت روزه داری خسته کنید و هم میهمانان را با شکمی پر به خانه بفرستید که ممکن است حال شان را بد کند.

انواع آش و سوپ گزینه‌های مناسبی هستند. این غذاها هم برای التیام معده بعد از ساعات طولانی روزه داری مفید است و هم تنوع زیادی دارند و دست تان باز است. بسیاری از شهرها آش و سوپ‌های ماه رمضانی مخصوص خودشان را دارند که می‌توانید سراغ آنها بروید. مثل آش کارده و آش انار شیرازی‌ها، آش شورباسی آذربایجان شرقی و اوماج آشی آذربایجان غربی، شولی یزدی، آش دوغ شمالی‌ها و

می‌شوند، ندارند!

به همین راحتی یک افطاری به یادماندنی را برگزار کرده‌اید و کنار هم یک شب نشینی ماه رضایی داشته اید. کافی است سخت نگیرید و در قید و بند عکس‌های اینستاگرامی و پزهای آن نباشید. اگر در شهر خودتان زندگی نمی‌کنید و به اصطلاح غریب هستید با دوستان تازه و حتی همسایه‌ها این افطاری را برگزار کنید تا غم غربت اذیت تان نکند.

### دست‌دیگران را بگیریم

راه دیگری که می‌تواند ماه رمضان امسال را برایتان به یادماندنی‌تر کند و بهره بیشتری از این ماه ببرد، کمک به نیازمندان است. نیازمندان در تمام روزها و ماه‌های سال نیاز به کمک دیگران دارند ولی شاید این ماه بیشتر این نیاز را احساس کنند. راه‌های مختلفی هم برای کمک کردن دارید. مثل اینکه خانواده‌های نیازمند را شناسایی کنید و در حد توان تان مایحتاج ماه رمضان را برایشان فراهم کنید. برای این کار هم لازم نیست پول خیلی زیادی داشته باشید و حتی لازم نیست مایحتاج را شما فراهم کنید. می‌توانید چند قلم را تهیه کنید و به دست شان برسانید یا اینکه با اعضای خانواده و دوستان تان گروهی تشکیل دهید و هر کدام به اندازه توان تان پولی در نظر بگیرید و این وسایل را فراهم کنید و به دست نیازمندان برسانید.

تهیه بسته‌های غذایی هم فکر خوبی است. می‌توانید برای یک یا چند شب از ماه رمضان بسته‌هایی شامل نان و پنیر و میوه یا خرما و... آماده کنید به کسانی مثل کارتن خواب‌های شهرتان برسانید. کودکان کار و بچه‌هایی را که هر روز سر چهارراه‌ها می‌بینید فراموش نکنید.

راه دیگر این است که در محله ایستگاه افطاری راه بیندازید. با اهالی کوچه و محله همفکری کنید و هر کدام پولی در نظر بگیرید و وسایل مورد نیاز را تهیه کنید. لقمه‌های نان و پنیر و چای و خرما کافی است.

اگر فکر می‌کنید خودتان از پس چنین کاری بر نمی‌آیید کار را به موسسه‌های خیریه‌ای بسپارید که به آنها اعتماد دارید. آنها افراد نیازمند را می‌شناسند و شما می‌توانید با اهدای مبلغ کمی پول در کار خیرشان شریک باشید. اهدای پول برای آزادسازی زندانیان یا گرفتن سرپرستی کودکان با دادن مبالغ ماهانه هم کارهایی هستند که در قالب این موسسه‌ها می‌توانید انجام دهید. اگر نیازمند خاصی را می‌شناسید راهکار دیگری برای کمک به او دارید. اینکه جشن گلریزان راه بیندازید! شاید اسم این جشن را شنیده باشید که در آن افراد مختلف جمع می‌شوند و هر کدام بدون اینکه شخصی نیازمند را بشناسند پولی وسط می‌گذارند و در نهایت پول جمع شده به نیازمند داده می‌شود و کارش راه می‌افتد. در محله و در جمع خانوادگی این جشن را راه بیندازید و گره از کار کسی باز کنید.

مطمئن باشید با این کارها پایان ماه رمضان داستان حسابی پر است!

## تئاتر

### پرواز به تاریکی

مجموعه تئاتر شهر این روزها در سالن چهارسو میزبان نمایش پرواز به تاریکی است که تا ۱۱ خردادماه هر روز ساعت ۱۹ روی سن می‌رود و اجرایی ۶۵ دقیقه‌ای دارد.

ماجرای این نمایش بین فروردین ۱۳۳۷ و آبان سال ۱۳۳۸ یعنی در فاصله

زمانی پس از جدایی شاه از ثریا و پیش از ازدواج با فرح می‌گذرد.

در واقع «پرواز به تاریکی» بره‌های خاص از زندگی محمدرضا شاه پهلوی را به نمایش می‌کشد و قصه روزهایی از زندگی زنی را روایت می‌کند که محمدرضا پهلوی از او خواستگاری کرده است.

اما در شبی بارانی، یک مبارز گریخته از دست مأموران به عمارت زن می‌آید و اتفاقاتی پس از آن رخ می‌دهد.

نویسنده و کارگردان این نمایش افشین هاشمی است و بازیگرانی مثل مونا فرجاد، ایوب آقاخانی و خود افشین هاشمی در آن بازی می‌کنند. قیمت بلیت آن هم ۳۰ هزار تومان تعیین شده است.

## سینما

### آن سوی ابرها

تازه‌ترین ساخته مجید مجیدی با نام «آن سوی ابرها» این روزها به اکران درآمده است.

فیلمی که در هند ساخته شده با عواملی عمدتاً هندی و داستانی که با تار و پود شهر بمبئی آمیخته است.



نویسنده و کارگردان این فیلم، خود مجیدی است و تهیه کنندگی آن را شیرین مانتری کدیا، کشور ارورا به عهده داشته اند.

همچنین در این فیلم مالویکا موهانی، ایشان خاتر، گاتم کوش، شارادا، تانیشتا چاتراجه نقش آفرینی می‌کنند.

داستان فیلم «آن سوی ابرها» مناطق فقیرنشین بمبئی رقم می‌خورد و درباره یک برادر و خواهر (امیر و تارا) در است که وارد مسیر خلافت‌کاری شده و برادر به قاچاق مواد مخدر مشغول می‌شود و خواهرش دور از چشم او به نوعی تن‌فروشی می‌کند. اما وقایع بعدی کار را برای این خانواده از هم‌پاشیده دشوارتر می‌کند.

## پیشنهاد هفته

در شب‌های ماه مبارک رمضان، شهر زنده‌تر از هر وقت دیگری است. پس دست عزیزانتان را بگیرید و با هم سری به چهره شبانه شهرتان بزنید و تفریح و شب زنده داری را جور دیگری تجربه کنید. ما برای پر کردن اوقات فراغت خردادماه شما پیشنهادهایی داریم که خواندنشان خالی از لطف نیست.



نیما برافروخته گفت: «خیله خوب، کارت ماشین را بده که داره دیرم میشه»  
و دوتا دستش را جلو آورد. دست چپش را جلوتر. مهشید فکر کرد الان است که دوباره تیکش عود کند، همان تیک چشم چپش که بعد از ماجرای دانشگاه شروع شده بود و با هیچ دکتر و تراپی‌ای درمان نشده بود. کافی بود یک چیزی به هم بریزدش.  
مهشید کارت را گذاشت توی دست چپش و بی هوا دست راستش را گرفت و گفت: «باشه، عصبانی نشو ولی الآن نرو»  
مطمئن بود که نیما دستش را بیرون می‌کشد ولی نیما همان جوری ایستاد و نگاهش کرد بایک جور نگاه قدیمی آشنا.

مهشید همه‌ی جرأتش را جمع کرد و جمله‌های تمرینی این چند ساعت را یک هو بیرون ریخت. تند و جویده گفت: «می‌خواستم کارت تا یک بازی قدیمی‌ی را برای آخرین بار بکنیم. همون که سیامک یادمون داد. خود افشایی. فقط فرقی اینه که تو انجمن نیستیم و احساسمون را راجع به کار گروه نمی‌گیریم. سه تا حس یا چه می‌دونی اتفاقی را که توی این سالها بهم نگفتیم، بگیم. برای اولین و آخرین بار»  
نیما را نگه داشت یا اسمم بازی آشنای قدیمی، به چشم‌هایش برق انداخت و ته لجهش شیطنه داد. مهشید برای این که نیما تردید نکند شروع کرد: - من ممنوع الخروج نشدم، دنبال هم نبودند فقط وقتی دایی از ایران رفت چند تا از بچه‌ها نگران شدند برای همین وقتی دنبال جا برام می‌گشتند گفتم بسه، به آفرید هم بکن مطمئن بودم که وقت خطر نمی‌گذارد جای دیگه برم و حتی اگه تو هم خورشت نیاد من البته دلم می‌خواست قبل از رفتن چند روز با تو در یک هوا نفس بکشم (توی دلش گفت آرزویی که همیشه داشتم)، البته دلم برای به آفرید و تنهایی باهاش هم بگذره شده بود نمی‌دونستم اینقدر بداخلاقی می‌کنسی و نمی‌داری با به آفرید تنها باشم.

یک ذره رها شد و با بی قیدی گفت این اولیش. نیمه‌دستش را فشار داد یک فشار نامحسوس و گرم و خندید و گفت: «می‌دونستم که کسی کاری به تو نداره برای همین کلافه بودم، فکر کردم اومدی که زندگی من و به آفریدو بهم بزنی»  
دختر پرید وسط حرفش:

- من، آخه چرا! الاغ! تو میدونستی که به آفرید بهترین دوستم بود، می‌دونستی که اگر هرکی دیگه جای به آفرید بود زندگیت را بهم می‌ریختم. احمق جان من به آفریدو خیلی بیشتر از تو دوست داشتم و دارم همیشه و قبل از این که تو را بشناسم باهاش دوست بودم. مکث کرد و صورتش در هم پیچید و گفت: «پس برای همین ماشیتو دادی دستم و فرستادیم زنجان خانه عمه خانم تنهات. به این بهانه که تو تهران در خطر»



# میان قلبت یک من خون

از خلوتی ایستگاه یک آن حس کرد که نیما هیچ جوری دلش نمی‌خواست ریسک کند و با کسی جز به آفرید دیده شود. دلش سوخت که این همه سال دل به کسی سپرده بود که این همه بی جسارت بود. با خودش دعواش شد از اول که ترسو نبود وقتی انجمن را رها کرد و ازدواج کرد این جوری شد ولی یک چیزی ته دلش می‌دانست که همیشه از نیما رنجیده که جرأتش کم بوده چه در کارهای گروهی‌ای که می‌کردند و چه در عشق به زبان نیاورده‌ای که بین شان بود.

از پله‌ها که پایین رفت باورش نشد که نیما قبل از او رسیده باشد. جلوی تونل راه می‌رفت انگار که خیلی عجله داشته باشد.

مهشید سوییچ را نشان داد و گفت: «سلام»  
انتظار مهربانی نداشت ولی توقع هم نداشت که تا سوییچ را بگیرد این پا و آن پا کند و بپرسد که ماشین را کجا پارک کردی؟

مهشید حرصش گرفت ولی خونسرد آدرس را داد و گفت: «همه کتاب‌ها و پرونده‌هایی که دستم سپرده بودی هم تو صندوق ماشین. گفتم بدونی که هر جایی صندوق را باز نکنی»  
نیما براق شد.

- مگه قرار نبود که بریزیشون دور همون سه سال پیش. برای چی دوباره برشون گرداندی؟  
مهشید با بی قیدی شانه بالا انداخت.

- دلم نغیومد، فکر کردم حالا که کسی به تو کاری ندارد، شاید بخواهی نگه شون داری. پرونده این همه سال کاراست و کتاب‌ها هم که دیگر قیمتی شده‌اند.

دلش نمیاد که به آفرید یک روز هم بی ماشین باشد، با مترو میاد. دوباره با خودش دعواش شد اگر با ماشین به آفرید می‌آمد که باز مهشید مجبور بود یک ماشین را برود در خانه و قرار گذاشتن توی ایستگاه نمی‌خواست.

نمی‌خواست مهشید دوباره برود دم خانه شان. از معاشرت مهشید و به آفرید خوشش نمی‌آمد، به آفرید بعد ازدواج عذرخواه به مهشید گفته بود و این جوری بود که دوستی چندین و چند ساله شان را کد شده بود.

مهشید فکر کرد:

- با مترو هم نیاد ترسو تر از این است که تو فضای باز با من دیده شود خودش هم گفت توی ایستگاه هم را ببینیم همان جایی که متروها می‌ایستند. بعد فکر کرد چرا باید بترسد؟ نیما بهتر از هرکسی می‌دانست که ممنوع الخروج شدن امکان ندارد و پنهان شدنش همه یک بازی ست. خیلی زودتر از اینها فهمیده بود. این را از خنده پنهان ته نی نی چشم‌اش می‌فهمید خنده که نه زهر خند. با کنجکاوی دور و بر ایستگاه را نگاه کرد تا حالا اینجا نیامده بود. جای پرتی به نظر می‌رسید و خلوت.

- ایستگاه مترو شریف.

وقتی که نیما زنگ زده بود و گفته بود بیاد آنجا ماشین را تحویل بدهد با همه چیزی که پیشش مانده، نفهمید چرا راه به این دوری و پرتی را از شرق باید بیاد آنجا و دوباره برگردد، نیما هم که سالها بود با دانشگاه شریف دیگر کاری نداشت.

## • نویسنده: رودابه کمالی قسمت اول

مهشید ماشین را که پارک کرد سری چرخاند تا ببیند ایا نیما هم با ماشین نیامده است. بعد فکر کرد: «با کدام ماشین بیاید، ماشین خودش که دست من است»

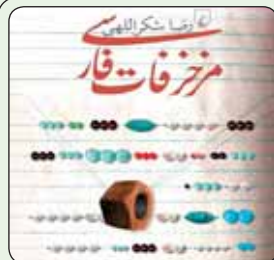
اصلا بخاطر پس دادن همین ماشین بود که این همه راه را کوبیده بود و آمده بود تا یک ماه زودتر از موعد رفتنش و تایید و ویزایش ماشین نیما را پس بدهد و برای همیشه از شر منتش خلاص شود. مغزش به دعوا بلند شده بود، منت کدام منت. نمی‌دانست کدام منت فقط می‌دانست که تو بی‌اعتنایی‌های همیشه نیما یک جورهایی تحقیر شده بود و یک دفعه تحملش تمام شده بود.

دوباره قفل ماشین را چک کرد و با ناامیدی نگاهش را دوباره توی، پارکینگ چرخاند و فکر کرد

## کتاب

### مزخرفات فارسی

«مزخرفات فارسی» کتابی است که چه به ادبیات و دستور زبان علاقه داشته باشید و چه نه، خواندنش را به شما پیشنهاد می‌کنیم. کتاب کوچک مزخرفات فارسی دغدغه‌های ویراستارانه یک فارسی‌دان حرفه‌ای است که کلمه‌ها و ترکیب‌ها برایش به مثابه «فکر خلاق» و بازیگوشی است که گرچه می‌تواند شوخی کند، شوخی بردار نیست. رضا شکراللهی، نویسنده و روزنامه‌نگار و ویراستار مجربی است که آسیب‌های فارسی‌نویسی در رسانه‌ها و ارگان‌های رسمی را پی‌گیری کرده است و با طنزی انتقادی از بدنیس‌ها نیشگون می‌گیرد. این کتاب که توسط نشر ققنوس در ۱۳۵ صفحه با قیمت ۹ هزار تومان منتشر شده گزیده‌ای است از یادداشت‌هایی که طی چندین سال در روزنامه‌ها و رسانه‌ها منتشر شده است. یادداشت‌هایی کوتاه که جنبه آموزش عمومی دارند و نویسنده در آن‌ها کوشیده بدون وارد شدن به مباحث تخصصی، برخی ظرائف زبان فارسی روزمره را به زبان ساده و با کمی چاشنی طنز بیان کند.



## موزه

### موزه هنر اسلامی

موزه دوران اسلامی، یکی از موزه‌های موزه ملی ایران است که در خیابان امام خمینی (ره) قرار دارد و از پربرترین موزه‌های هنر اسلامی در دنیا به شمار می‌آید. این موزه دارای ۷ تالار



است که تالارهای طبقه یکم را تالار قرآن، تالار تیموری، تالار صفوی و تالار قاجار تشکیل می‌دهند و تالارهای صدر اسلام، سلجوقی و ایلخانی نیز در طبقه دوم قرار دارند. این موزه ۱۷۰ و بترین با ۱۵۰۰ شی تاریخی دارد که براساس زمان‌بندی تاریخی مرتب شده‌اند. ساخت موزه دوران اسلامی در سال ۱۳۲۳ و با الهام از کاخ ساسانی بیشاپور، در محوطه موزه ملی ایران آغاز شد و در سال ۱۳۲۹ به پایان رسید اما در سال ۱۳۷۵ به عنوان موزه دوران اسلامی تجهیز شد و بعد از مدتی کوتاه تعطیل شد و ۹ سال بعد، یعنی در سال ۱۳۹۴ مجدداً فعالیت خود را از سر گرفت.

## گشت و گذار

### پامنار دزفول



روستای پامنار استان خوزستان، یکی از مقصدهای تماشایی روستا گردی در دزفول است. روستایی که می‌توانید در طبیعت آن کمپ بزنید و در سد دز، ورزش‌های آبی و ماهیگیری را تجربه کنید.

پامنار در ۴۰ کیلومتری شهر دزفول در دامنه‌های رشته کوه‌های زاگرس و مشرف به دریاچه سد دز در شمال این شهرستان واقع شده و به عنوان یکی از روستاهای نمونه گردشگری استان خوزستان شناخته می‌شود. اگر گشتی در روستای پامنار بزنید، بوی خانه‌های کاه گلی آن در کنار معماری منظر دیدنی، شما را غافل گیر می‌کند. از دیگر جاذبه‌های این منطقه می‌توان از هنر کوبابافی یاد کرد که از صنایع دستی رایج بومیان منطقه است. در سفر به این روستا می‌توانید در اقامتگاه‌های بوم گردی یا خانه‌های روستایی بمانید و لذت زندگی کردن شبیه مردمان محلی را تجربه کنید.



## ۵۰۰ دنیای شیرین

### کیک قهوه با مایکروفر



#### مواد لازم:

آرد	۱۸۵ گرم
بکینگ پودر	۱ قاشق مرباخوری
شکر	۳۰۰ گرم
شیر	۱۲۵ میلی لیتر
تخم مرغ	۲ عدد
پودر نسکافه	۲ قاشق غذاخوری
کره	۱۳۵ گرم

#### طرز تهیه:

ابتدا تمام مواد کیک را در دمای محیط به مدت نیم ساعت قرار دهید تا هم دما شوند. سپس آرد را سه مرتبه الک کنید. بعد بکینگ پودر و پودر نسکافه را اضافه کنید و مخلوط نمایید. در ظرف گودی کره و پودر شکر را بریزد و با همزن به مدت ۵ دقیقه با دور تند هم بزنید تا سفید رنگ شود. سپس تخم مرغ‌ها را یکی یکی اضافه کنید و مخلوط کنید تا مواد حجیم و به رنگ کرم درآیند، سپس شیر و مخلوط آرد را به تناوب به مواد اضافه کنید تا مایه یک دستی شود.

قالب کیک را روغن مالی کنید و آرد بپاشید سپس مایه را در آن بریزد و در درجه ی تند یا متوسط به مدت ۵ تا ۷ دقیقه بپزید. قالب را از مایکروویو خارج کنید و اجازه دهید تا کیک کمی خنک شود سپس از قالب جدا کنید و روی توری قرار دهید.

## ۵۰۰ سفره افطار

### کبه

کبه نوعی غذای خاورمیانه‌ای است که در سفره ماه رمضان بیشتر کشورهای مسلمان پیدا می‌شود. غذایی بسیار خوش طعم، مجلسی و مقوی.

#### مواد لازم:

گوشت چرخ کرده	۲۵۰ گرم
برنج	یک پیمانه
سیب زمینی	یک عدد متوسط
پیاز	یک عدد بزرگ
جعفری خرد شده	به میزان لازم
نمک، فلفل	به میزان لازم
روغن	برای سرخ کردن

#### طرز تهیه:

پیاز را کمی تفت دهید. سپس گوشت را اضافه کرده و نمک و فلفل و ادویه‌های دلخواه را بیفزایید و اجازه دهید گوشت بپزد. در پایان جعفری را هم اضافه کنید و حرارت را خاموش کنید. برنج را بپزید تا حدی که نرم و شل شود. در حین پخت سیب زمینی را در آب برنج بگذارید تا با آن بپزد. سپس برنج را آبکش کرده، سیب زمینی را له کنید و به خوبی با برنج میکس کنید. به طوری که خمیری چسبنک بدست بیاید. یک گلوله از این مواد برداشته، در دست باز کنید و کمی از مواد گوشتی در آن بگذارید و روی آن را بپوشانید و به شکل بیضی فرم دهید. سپس همه مواد را به همین شکل آماده کرده و در روغن داغ سرخ کنید.



## ۵۰۰ پیشنهاد سر آشپز

### پلو مرغ کاری

پلو مرغ کاری غذایی بسیار معطر است و ریشه هندی دارد اما در برنامه غذایی ایرانی‌ها خوب جای خود را باز کرده است.

#### مواد لازم:

برنج	یک و نیم پیمانه
روغن زیتون	۱ قاشق سوپخوری
پیاز	۲ عدد
پودر کاری	یک و نیم قاشق چای خوری
ماست	۲ پیمانه
خامه	۳ پیمانه
نمک	یک چهارم قاشق
چای خوری	
مرغ خرد شده	به میزان دلخواه
گشنیز ریز شده	یک و نیم پیمانه

#### طرز تهیه:

برنج را بعد از دو سه ساعت خیس خوردن، در آب جوش بریزید و پس از آن که کمی نرم شد، آبکش کرده و بعد از ریختن روغن روی آن، دم کنید. قابلمه مناسبی را انتخاب کنید و روی شعله متوسط قرار دهید و مقداری روغن داخل آن بریزید.

پیاز خلال شده را به آن اضافه کنید و مرتب تفت دهید. سپس پودر کاری را به پیاز اضافه کنید و ۱ دقیقه دیگر به هم



زدن ادامه دهید. تکه‌های مرغ را که ریز خرد کرده اید، به پیاز اضافه کنید. سپس ماست و خامه را هم اضافه نمایید و ۳ دقیقه به پخت آن ادامه دهید. نمک و فلفل را اضافه کنید. در صورت تمایل می‌توانید در این مرحله

## توصیه‌هایی برای آشپزی کم چرب

و خوشمزگی!

۵. لبنیات کم چرب بخورید. محصولات لبنی اگرچه حاوی مواد مغذی هستند و برای سلامتی ما مفیدند، اما متعجب مهمی از کلسترول هم به حساب می‌آیند چون منشا حیوانی دارند. شاید باورتان نشود اما تنها با



جایگزین کردن ماست، شیر و پنیر کم چرب به جای انواع پرچرب آن می‌توانید در مدت کوتاهی هم سلامتی بیشتری به دست آورید و هم کالری‌های دریافتی تان را کاهش داده و لاغر شوید.

۶. غذاهای سرخ کردنی مثل کوکو یا کباب تابه‌ای را در تابه‌های تفلون طبخ کنید تا نیاز کمتری به روغن باشد.

۷. در تهیه پوره سیب‌زمینی به جای کره، شیر بریزید.

۸. به جای دسر و بستنی‌های چرب از میوه، ماست و دسرهای میوه‌ای استفاده کنید.

۹. سوپ‌ها و خورش‌ها را کمی قبل از سرو، آماده کنید و بگذارید سرد شوند سپس چربی جمع شده روی غذا را بردارید و دوباره گرمشان کنید. همچنین می‌توانید هنگامی که خورش گرم است چند قالب یخ روی آن قرار دهید تا چربی غذا را جذب کرده و

همه می‌دانیم که چربی‌ها چه بلایی سر وزن ما، سلامت قلب و عروق و حتی چابکی و زیبایی ما می‌آورند. با این حال گاهی وقت‌ها کنترل میزان چربی غذا کار ساده‌ای نیست. بخصوص در آشپزی ایرانی که بیشتر غذاها چرب و پر روغن و سرخ کرده هستند. وقتی پای فست فودهای خانگی هم به میان می‌آید، باز این چربی‌ها هستند که سلامت شما را تهدید می‌کنند. اما در اینجا ما شما را با چند روش مهم برای کاهش میزان چربی مصرفی در غذا آشنا می‌کنیم. توصیه‌هایی که اگر در آشپزی به کار ببندید، می‌توانید غذای سالم تری برای خود و خانواده تان تهیه کنید.

۱. هنگامی که به قصابی می‌روید، قسمت‌های کم چرب گوشت را بخرید و قبل از طبخ، چربی‌های قابل رویت آن را جدا کنید. یادتان باشد گوشت گوساله نسبت به گوشت گوسفند چربی کمتری دارد. همچنین سینه مرغ، کم چرب ترین، مغذی ترین و پر پروتئین ترین بخش آن است و در عوض ران و بال پر چرب ترین بخش‌ها هستند.

۲. چه مرغ را سرخ می‌کنید، چه در فر می‌گذارید یا آب پز می‌کنید، در هر صورت قبل از پخت پوست آن را کاملاً جدا کنید و چربی‌های به جا مانده روی گوشت مرغ را هم بگیرید.

۳. به فر و بخارپز خانه تان بیش از قبل بها بدهید. گریل و بخارپز کردن گوشت‌ها را جایگزین روش‌های معمول سرخ کردن کنید و با استفاده از ادویه‌های گوناگون، طعم غذا را مطابق دلخواهتان کنید.

۴. تا حد ممکن از مایونز یا دیگر سس‌های کارخانه‌ای استفاده نکنید. حتی ترکیب روغن زیتون و سرکه روی سالاد هم چندان سالم نیست و می‌تواند حسابی چاقان کند. پس به جای سس چه بخوریم؟ آبلیمو، سرکه یا سس ماست! به همین سادگی



## مزایای هورمون درمانی در دوره یائسگی



محققان آمریکایی می گویند هورمون درمانی برای کاهش علائم یائسگی نظیر گرگرفتگی، خستگی و بیخوابی می تواند در بهبود مهارت های فکری و حافظه هم نقش مفیدی داشته باشد. آنها دریافتند زنانی که از طریق چسب های پوستی، «استرادیول» (هورمون استروئید استروژن) دریافت کردند حجم مغزشان در قشر پیشانی دوسولترال حفظ شده بود؛ قشر پیشانی دوسولترال مغز به حافظه، تفکر، برنامه ریزی، و استدلال کمک می کند. همچنین محققان دریافتند زنانی که حجم این قسمت از مغزشان حفظ شده بود احتمالاً دارای مقادیر کمتر رسوبات پلاک آمیلوئید بودند که با زوال حافظه و بیماری آلزایمر مرتبط است. این یافته ها نشان می دهد که درمان با استرادیول تأثیرات بلندمدتی بر مغز دارد. در این مطالعه، حدود ۱۰۰ زن سالم با میانگین سنی ۵۳ سال که بین ۵ ماه تا سه سال از یائسگی شان گذشته بود حضور داشتند. برخی از این زنان استروژن به شکل قرص، استرادیول از طریق چسب پوستی یا دارونما دریافت کردند. محققان دریافتند زنان دریافت کننده قرص های استروژن، شاهد تغییرات بیشتر ساختاری در مغزشان در طول درمان بودند، اما با قطع مصرف قرص ها این تغییرات هم متوقف شد.

## تاثیر قند و شکر روی پوست شما

قند و شکر که به سم سفید معروفند، فقط شما را چاق یا دچار دیابت نمی کنند. بلکه می توانند پوست شما را هم تحت تاثیر قرار داده و زیبایی آن را کم کنند. مصرف بیش از حد شکر می تواند پوست را کدر و مات و چروک کند. وقتی شکر میخورید یا از مواد غذایی که شاخص قند بالایی دارند استفاده می کنید، آنها به سرعت به گلوکز تبدیل می شوند و ترشح انسولین را در خون زیاد می کنند. شکر باعث التهاب در بدن شما می شود، و این یکی از اصلی ترین آسیب هایی است که به پوست وارد می کند. شکر به طور طبیعی اسیدی است، و انسولین

در سطح سلولی، شکر این کلاژن های سالم را مصرف کرده و باعث مات و کدر شدن پوست می شود. چسبیدن و چروک وقتی ایجاد می شود که ذخیره کلاژن به اتمام رسیده باشد. شکر همچنین آب را از سلول ها بیرون کشیده و باعث خشکی، پف کردگی و سیاهی های دور چشم می شود.



## چه طور جلوی سردی کردن را بگیریم؟

فلفل، طعم دار و مصرف کنید. سیرابی را هم می توانید با گلپر، سرکه، مرزه، دارچین و زنجبیل بخورید. طبع سرد قلوه را هم می شود با کباب کردن و زدن روغن زیتون، نمک، فلفل، دارچین و زیره کمی تعدیل کرد. نمک، فلفل، پیاز، دارچین، زیره و خرما هم جزو مصلح های گوشت های سرد هستند.

بد نیست بدانید که تقریباً تمام ریشه ها مانند پیاز، سیر، موسیر و هویج، طبع گرمی دارند و تنها ریشه پرمصرف با طبع سرد و تر، سیب زمینی است. به همین دلیل افرادی که با مصرف سیب زمینی دچار دل درد می شوند و سردی شان می کند، باید آن را با مصلح هایش مثل دارچین، زنجبیل و آویشن بخورند.

میوه ها هم، اغلب طبع سرد دارند؛ بخصوص میوه های تابستانی مثل توت ها، گوجه سبز، زردآلو، صیفی جات و... اما کیلاس، گلابی، طالبی، خربزه، گرمک طبع گرمی دارند. میوه های سرد را می توانید با عسل بخورید تا سردی شان گرفته شود.



اصطلاح «سردی کردن»، معمولاً برای دل درد، دل پیچه و گاهی هم حالت تهوع بعد از زیاده روی در مصرف خوراکی هایی با طبع سرد و خشک یا سرد و تر به کار می رود. فصل های بهار و تابستان، فصل میوه های با طبع سرد هستند و افراد بیشتر سردی را تجربه می کنند. برای پیشگیری از سردی کردن بهتر است غذاهایی که طبع سرد دارند را با مصلح های آنها مصرف کنید. مثلاً پنیر تازه را با گردو، آویشن یا نعناع خشک بخورید. خامه، سرشیر و شیر پاستوریزه را با عسل مصرف کنید. کشک را با سیر، نعناع خشک و پونه کوهی مخلوط کنید. در دوغ یا ماست مصرفی تان نعناع، آویشن، سیر، کاکوتی، سیاه دانه یا پونه بریزید یا آن را با زیتون همراه کنید. زیره، نعناع، روغن زیتون، فلفل، خردل، آبغوره و نمک جزو مصلحات کدو محسوب می شوند. حبوباتی مثل عدس را با دارچین و زیره بخورید و در گوشت گوساله، ماهی و مرغ هم از همین ادویه های گرم استفاده کنید. همچنین گوشت ماهی را با روغن کنجد یا روغن بادام شیرین طبخ و آن را با زنجبیل، آویشن و ادویه های گرم مانند

## با بی اشتها بی کودک چه کنیم؟

یکی شود. اجباری در این کار نیست که کودکان زیر ۶ سال حتماً با سایر بزرگسالان غذا بخورند زیرا اگر اجباری در این زمینه باشد، کودک قطعاً با آن مقابله خواهد کرد.

برای بیشتر شدن اشتهای کودک، غذا را با شیوه های مورد علاقه او سرو کنید. مثلاً در قالب خاله بازی، یا در قالب یک برنامه آشپزی. گاهی حتی دعوت کردن از دوستان و همسالان کودک در هنگام صرف غذا، باعث افزایش اشتهای او می شود. در فرایند تهیه و یا تزئین غذا از کودک کمک بگیرید تا او هیجان بیشتری برای خوردنش پیدا کند.



بی اشتها بی یا کم اشتها بی کودکان باید حتماً زیر نظر متخصص کودکان یا متخصص تغذیه بررسی شود. عوامل مختلفی از ابتلا به برخی بیماری ها گرفته تا مسائل روانی کودک در این زمینه نقش دارند. با تشخیص علت بی اشتها بی، می توان درمان ها و راهکارهای لازم را به کار بست و مشکل را برطرف کرد.

اما اگر می خواهید جلوی کم اشتها بی کودکان را بگیرید، این روش ها را به کار ببندید: مواد غذایی پرکالری به ویژه نوشیدنی های شیرین و حاوی کالری بالا را از دسترس فرزندان دور نگه دارید. بسیاری از کودکان این خوراکی ها را قبل از غذای اصلی مصرف می کنند

بنابراین تمایلی برای خوردن غذای اصلی ندارند. اگر فرزندان خیلی کوچک است نباید زمان غذا خوردن او را با زمان صرف غذای خودتان هماهنگ کنید. کودک باید هر ۳ ساعت یک بار غذایی با حجم کم بخورد زیرا معده اش کوچک است و زودتر از بزرگسالان گرسنه و سیر می شود، اما اگر فرزندان بالای ۵ سال است می توان در قالب بازی کاری کرد زمان غذا خوردنش با بزرگسالان

## دانستنی های مهم درباره غذای کپک زده

از جدا کردن قسمت های کپک زده کار نادرستی است و باید هر محصول و ماده غذایی را پس از کپک زدن دور ریخت. معمولاً کپک ها پس از مدتی سمی از خود تولید می کنند که می تواند تمام ماده غذایی را آلوده کند.

همچنین برخی از بخش های کپک و ریشه های آن به سختی قابل مشاهده هستند زیرا به عمق ماده خوراکی نفوذ می کنند.

بنابراین حتی اگر خود کپک ها را بردارید باز هم سم موجود در ماده غذایی همچنان باقی خواهد ماند. برخی کپک ها حاوی «مایکوتوکسین» یا همان ماده سمی هستند که موجب بروز واکنش های آلرژیک شدید و مشکلات تنفسی می شود و همچنین یک نوع از آن موسوم به «آفلاتوکسین»، سرطان زا است. مایکوتوکسین در کپک های رشد کرده روی غلات و خشکبار پیدا می شود اما ممکن است در سیب، آب انگور و دیگر محصولات هم مشاهده شود. همچنین «آفلاتوکسین» بیشتر در ذرت و بادام زمینی ظاهر می شود.



ممکن است حتی با این که ته مانده غذا یا میوه ها را در یخچال نگه داری کرده اید، باز هم هنگام استفاده روی آنها کپک ببینید.

در این موارد چه می کنید؟ مواد غذایی را کامل دور می ریزید یا برای صرفه جویی بیشتر، بخش کپ زده را جدا می کنید و بقیه را می خورید؟ واقعیت این است که غذای کپک زده به هیچ وجه قابل مصرف نیست؛ حتی اگر فقط بخشی از آن کپک زده باشد.

مصرف هر ماده غذایی کپک زده حتی پس



خانوادگی حرکت می کنید چون فقط در این صورت است که احساس آرامش و راحتی دارید. شما از هر نوع تجربه شدیدی احساسی مانند سفر، فعالیت های اجتماعی، درگیری و هرچیزی که بتواند اضطراب را تشدید کند پرهیز می کنید.

#### افکار منفی بر شما غلبه دارند

افراد درونگرایی مضطرب معمولاً با مجموعه ای از افکار منفی درگیر هستند. ممکن است دائماً به اشتباهات گذشته فکر کنید و دائماً با خودتان تکرار کنید: «چه می شد اگر». این وضعیت باعث می شود که شما نتوانید از لحظات خود لذت ببرید چون همواره انتظار یک اتفاق بد را دارید.

#### شما ایده آل گرا هستید

افراد مضطرب سعی می کنند با توجه دقیق به کار یا ظاهر خود اضطراب را کاهش دهند. اگرچه این می تواند نتایج مثبتی داشته باشد اما هزینه زیادی به فرد درونگرا تحمیل می کند. زیرا شما ممکن است انتظارات غیرواقعی ترسیم کنید و وضعیت روحی و روانی خود را به مخاطره بیندازید.

#### شما عادت های تکرار شونده دارید

اضطراب می تواند تظاهرات جسمی نیز داشته باشد. دردهای عضلانی، احساس تشن، خارش و فشار در بدن می تواند از عوارض اضطراب باشند.

همچنین خوردن ناخن، ضربه زدن با پا، خارانیدن کف سر، کندن مو و هر عادت تکرار شونده دیگری می تواند نشانه هایی از میزان تشن در شما باشد.

#### همیشه خسته هستید

ذهن شما همواره فعال است و این باعث می شود که نتوانید راحت بخوابید یا از خواب بپرید. حتی وقتی خوب خوابیده باشید باز هم احساس خستگی می کنید زیرا شما بدون اینکه متوجه باشید در حال مبارزه با اضطراب هستید.

#### به راحتی پریشان می شوید

اضطراب شما را به هر چیزی حساس می کند، کوبیده شدن در، صدای آمبولانس و هر صدای غیرمنتظره ای می تواند حال شما را بهم بریزد طوری که دچار آشوب و ترس شوید. علاوه بر این هر مساله کوچکی، هر ناراحتی جزئی و ساده ای می تواند به شدت شما را بترساند و باعث استرس و ناراحتی تان شود.

#### شما نمی توانید جلوی اضطراب را بگیرید

اضطراب چیزی نیست که وقتی به سراغتان آمد بتوانید با گفتن «لطفاً متوقف شو» آرام شوید. افراد مضطرب معمولاً نمی توانند واکنش های اضطرابی خود را کنترل کنند. و معمولاً آن را به شکل یک رفتار دیگر به نمایش می گذارند.

#### یادتان باشد

همه افراد درونگرا دچار اضطراب پنهان نیستند و داشتن برخی از این علائم به معنای آن نیست که شما حتماً دچار اختلال هستید. اما اگر احساس می کنید بخش زیادی از آنها درباره شما صادق است برای حل مشکل خود اقدام کنید.

# شما یک درونگرایی مضطرب هستید!



## • ریحانه دوستدار

اضطراب، صدایی است که پشت سرتان می شنوید. صدایی که دائماً می گوید «یک چیز بد در حال وقوع است». برای همین است که ساعت ۲ نیمه شب ناگهان از خواب می پرید و به کار شرم آوری که ۵ سال پیش انجام داده اید فکر می کنید.

اضطراب و پریشانی عارضه ای است که هر آدمی با هر نوع ویژگی شخصیتی می تواند به آن دچار شود. یک فرد درونگرا و یک فرد برونگرا هر دو در معرض اختلال اضطراب هستند. با این حال اضطراب برای افراد درونگرا به بخشی از روند طبیعی زندگی تبدیل می شود. همچنین می توان گفت این اختلال در میان افراد درونگرا شایع تر است.

اختلال اضطراب که شامل نگرانی و ترس درباره اتفاقات است در برخی موارد همراه با حمله هراس و دردهای جسمی است. شاید برایتان جالب باشد که بدانید خیلی از افراد می توانند با نوعی از اضطراب شدید زندگی کنند اما همچنان در کار و زندگی شخصی موفق باشند. در واقع هیچ کس از بیرون نمی تواند متوجه ترس و اضطراب این افراد شود. در برخی از موارد حتی خود فرد نیز متوجه ترس و اضطراب خود نیست.

#### شما همواره آماده هستید

ترس و اضطراب باعث می شود که شما همواره سناریوهای ترساک را در هر موقعیتی در نظر بگیرید بنابراین همیشه خود را برای هر مساله ای آماده می کنید. مثلاً شما ممکن است برای هر درد

محتملی یک داروی شیمیایی یا گیاهی در خانه و محل کار در نظر گرفته اید فقط به این دلیل که ممکن است یک نیمه شب یا یک روز تعطیل به آن احتیاج پیدا کنید. دیگران شما را فردی موجه، آماده و موقر می دانند و همواره این ویژگی ها را تحسین می کنند. شاید هیچ کس نداند برای هر موقعیتی آماده بودن به معنای نوعی از اضطراب فراگیر است.

#### شما همیشه ظاهری آرام و درونی ملتهب دارید

بسیاری از افراد درونگرایی که از اختلال اضطراب رنج می برند ظاهر خود را آرام نگه می دارند. هیچ کس متوجه نمی شود که این افراد در یک موقعیت حساس ممکن است چقدر عصبی و نگران باشد به همین دلیل است که ما از این اختلال به عنوان اضطراب پنهان یاد می کنیم.

#### درک شما از جهان متفاوت است

پژوهشگران می گویند افراد با این نوع اضطراب جهان را متفاوت از افرادی که دچار اضطراب نیستند درک می کنند. افراد مضطرب معمولاً در تشخیص صحیح میان یک محرک امن و محرکی که می تواند به یک تهدید تبدیل شود دچار اشتباه می شوند.

به عبارت دیگر افراد مضطرب تجربه های احساسی را حتی زمانی که تهدیدی وجود ندارد فراتر در نظر می گیرند.

#### شما دائماً قصد انجام کاری را دارید

به عنوان یک فرد درونگرا، تمایل شما برای مشغول نگه داشتن خود و پرداختن به کارهای متنوع لزوماً به این معنا نیست که شما فردی علاقمند به

فعالیت های سازنده هستید. در بسیاری از موارد فرد درونگرا به این دلیل خود را مشغول نگه می دارد تا از اضطراب و نگرانی درونی خود فرار کند و به شکلی آن را کنترل کند.

#### شما خیلی موفق هستید

اهل پیشرفت، منظم، جزئی نگر و پیشگام در پیشبرد برنامه ها همگی ویژگی های خوبی هستند. این ویژگی ها از شما تصویر یک انسان موفق ارائه می دهد اما مشکل اینجاست که اضطراب باعث می شود که هیچ حد و اندازهای برایتان کافی نباشد. شما همواره چیز بیشتری می خواهید تا بتوانید بر اضطراب خود غلبه کنید.

#### از ناامید کردن دیگران می ترسید

ممکن است شما فقط به این دلیل خوشایند و محبوب دیگران باشید که همواره در جهت رضایت آنها قدم برمی دارید. شما نگران این هستید که مبدا آنها از شما ناامید شوند یا تریکتان کنند برای همین هر کاری می کنید تا آنها را خوشحال نگه دارید حتی اگر مجبور باشید خود را فدای آنها کنید.

#### با پریشانی سخن می گوید

اگرچه افراد درونگرا معمولاً آرام و ساکت هستند اما فرد درونگرایی که دچار اضطراب است معمولاً هنگام سخن گفت به شدت عصبی می شود چون او نگران هر اشتباه کوچکی در سخن گفتن خود است.

#### زندگی را بر مبنای اجتناب بنا کرده اید

شما زندگی خود را طوری ساخته اید که از هر نوع پریشانی و اغتشاش و آشفتگی به دور باشد. عادت های مشخصی دارید و بر اساس تجربه های

## • توصیه های عاشقانه

### برای خانواده تان مرز بگذارید

در زندگی بسیاری از زوجها مشکل از جایی آغاز می شود که هرکسی می تواند به زندگی مشترک زوج سرک بکشد، اظهار نظر کند و روی رابطه آنها اثر بگذارد. برای داشتن یک زندگی امن و آرام باید برای خانواده ای که تشکیل داده اید مرز بگذارید. مرزی که به تمام دوستان و اعضای خانواده اجازه ارتباط بدهد ولی در امور شخصی و برنامه های شما خللی وارد نشود.



این موضوع درباره خویشاوندان درجه یک کمی پیچیده می شود و از وقت گذرانی با خانواده تا میزان مکالمات روزمره را در بر می گیرد. اما در هر صورت مهم این است که شما این مرزها را بگذارید و طوری رفتار کنید که دیگران هم آنها را به رسمیت بشناسند. مرزی بین محدوده رابطه خود با همسر و رابطه با والدین در نظر بگیرید تا میزان دخالت ها به حداقل برسد و بتوانید با آرامش بر رشد و ارتقای زندگی خانوادگی خود متمرکز شوید. در غیر این صورت بخش مهمی از انرژی رابطه شما صرف سر و کله زدن با دخالت های نابجای اطرافیان خواهد شد.

## • یافته های روانشناسی

### اعتیاد به موبایل اضطراب

### و افسردگی می آورد

نتایج یک مطالعه جدید نشان می دهد افرادی که به گوشی هوشمند خود اعتیاد دارند ثبات عاطفی کمتری داشته و از اضطراب و افسردگی رنج می برند. همچنین محققان دریافته اند افرادی که دارای مشکلات سلامت روان هستند بیشتر از اسمارت فون خود به عنوان نوعی درمان استفاده می کنند و افراد



با میزان وظیفه شناسی کمتر بیشتر به تلفن شان وابسته هستند. تحقیقات نشان می دهد هرچقدر میزان اضطراب افزایش می یابد استفاده مشکل ساز از اسمارت فون ها هم افزایش می یابد. سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه دربی بریتانیا می گوید: «افرادی که در زندگی شان شرایطی نظیر استرس، اضطراب، افسردگی و مشکلات خانوادگی را تجربه می کنند، دچار بی ثباتی عاطفی می شوند و ممکن است اضطرابشان را با استفاده بیش از حد از تلفن هوشمندشان تسکین دهند». محققان با انجام مطالعه آنلاین بر روی ۶۴۰ کاربر اسمارت فون در رده سنی ۱۳ تا ۶۹ سال دریافتند بین استفاده از اسمارت فون و خصایص شخصیتی ارتباط وجود دارد.



# عشق بی قید و شرط در برابر خشم بی قید و شرط

درباره عشق والدین به فرزند با وجود خشم و عصبانیت بخوانید



## • ریحانه دوستدار

او فریاد می‌کشد: «ازت متنفرم» و عروسکش را به سمت شما پرتاب می‌کند. وقتی راهش را به سمت اتاقش گرفته تنه‌ای هم به برادر کوچکش می‌زند و بعد هم در را محکم می‌بندد و این می‌شود پایان بحثی که قرار بود یک مشکل را حل کند. همه این احساس ناراحتی فقط برای این است که شما او را بخاطر اشتباهی که کرده به سختی مورد عتاب قرار داده‌اید.

برای کودکان بسیار دشوار است که بین میزان علاقه شما به خود و ناراحتی و خشم‌تان تفاوت قایل شوند. کودکی که احساس می‌کند به او حمله شده، در جمع شرم‌منده شده و یا نسبت به امنیت خود نگران است، ناگهان در لحظه‌ای پر از احساس نگرانی و خشم خود را کاملاً از پدر و مادرش دور تصور می‌کند. به عنوان یک والد به خوبی به این مساله آگاه هستید که حتی با وجود اینکه کودک باعث ناراحتی‌تان شده اما شما او را بی‌اندازه دوست دارید اما مساله برای فرزندتان طور دیگری است. او در این موقعیت خود را بی‌پناه، تنها و رها شده احساس می‌کند.

شما خشم و عصبانیت‌تان را نشان می‌دهید چون به احتمال زیاد می‌خواهید او را نسبت به خطر

یا اشتباهی هوشیار کنید. اما آیا واقعا آنچه که قصد کرده‌اید با پرخاشگری، ابراز خشم و داد و فریاد حاصل می‌شود؟

واقعیت این است که خشم پدر و مادر بخاطر بد رفتاری کودک بعد از چند دقیقه یا چند ساعت فروکش می‌کند اما اثر واکنش نامناسب آنها در کودک باقی می‌ماند. در بهترین حالت کودک شما این فرض اولیه را در نظر می‌گیرد که آدم‌های بدی وجود دارند که هرگز به اندازه کافی خوب نیستند.

در بدترین حالت نیز شما یک ترس نهادینه شده، یک خشم ماندگار را در فرزندتان به یادگار می‌گذارید. چیزی که باعث می‌شود «خشم» به عنوان یک عنصر مهم در رابطه شما با فرزندتان نقش بازی کند و هرگز کنار گذاشته نشود.

درست است که شما حتی اگر او شبیه یک هیولا رفتار کند باز هم دوستش خواهید داشت اما متأسفانه عشقی که شما نسبت به فرزندتان احساس می‌کنید مهم‌ترین فاکتور در رشد عواطف او نیست.

چیزی که او نیاز دارد یک عشق بدون قید و شرط است؛ عشق و علاقه‌ای که حتی با وجود بدترین رفتارها نفاش خواهد شد. کودک به خوبی می‌داند که دیگران او را در صورت خوش رفتاری و ادب دوست دارند اما او هیچ تضمینی ندارد که اگر

او زمانی حسادت کرد، خشمگین شد و اشتباه کرد باز هم دوست داشته خواهد شد.

پدر و مادری کردن با عشقی بدون قید و شرط به این معناست که بدون خشم، پر خاش و عصبانیت عشق بورزید. البته این به معنای آن نیست که شما نباید هرگز عصبانی یا پریشان شوید اما در نهایت باید یاد بگیرید خشم و عصبانیت را طوری مهار کنید که کمترین آسیب را به عواطف فرزندتان وارد کند.

عشق بی قید و شرط درحالی که شما از چیزی به شدت عصبانی شده‌اید دشوار است اما واقعیت این است که ابراز خشم مهار نشده هیچ کمکی به فرزندتان نمی‌کند جز اینکه شما فقط به خودتان فرصت داده‌اید تا احساسات و هیجانات خود را تخلیه کنید. مهم این است که یاد بگیرید بین رفتار خطای فرزندتان و واکنش نشان دادن فرصتی را در نظر بگیرید. اگر فقط کمی به خودتان فرصت تأمل بدهید و مهار احساسات‌تان را به دست بگیرید می‌توانید واکنشی را انتخاب کنید که به نفع فرزندتان است. فقط در این صورت است که می‌توانید چیزی را به فرزندتان یاد بدهید یا به او کمک کنید تا رفتارش را اصلاح کند.

**عشق به دنبال راه حل است نه یافتن مقصر**  
وقتی عصبانی هستید به جای توجه به موضوعی

که باعث مشکل شده ذهن‌تان را معطوف به آرام کردن خود کنید. به جای اینکه خشم را بر سر کودک کوچکی که به توجه و حمایت شما اعتماد کرده خالی کنید با انجام چند تمرین دم و بازدم آرامش خود را بازیابید. لازم نیست در همان لحظه به فرزندتان درس زندگی بدهید.

همین که بتوانید بر اعصاب خودتان مسلط باشید بزرگترین درس برای او خواهد بود. فقط زمانی درباره مشکل پیش آمده حرف بزنید که مطمئن هستید مثبت، خوش‌بین و آرام هستید.

یادتان باشد خشم و عصبانیت مساله شماسست و کودکان حتی اگر اشتباهی کرده باشد مسئول خشم و عصبانیت شما نیست. پس هیچ وقت انگشت اتهام را به سوی کودک نگیرید و نگویید «تو مرا عصبانی کردی». او شما را عصبانی نکرده است این شما هستید که عصبانی شده‌اید.

هرگز فراموش نکنید که مسئولیت شما آموزش و راهنمایی است و فقط زمانی می‌توانید یک راهنمای خوب برای فرزندتان باشید که آرام و مثبت و خوش بین باشید. شما الگوی مهمی برای فرزندتان در کنترل احساسات و عواطف هستید. وقتی شما خشمگین می‌شوید باید انتظار این را داشته باشید که او هم فریاد بزند «ازت متنفرم» و در اتاقش را محکم بکوبد و برود. هر وقت عصبانی شدید به خودتان بگویید «من دشمن نیستم پس نمی‌جنگم»

## آیا ابراز ناراحتی نادرست است؟

ابراز خشم و عصبانیت و تخلیه هیجانات بر سر دیگری هیچ وقت درست نیست. این روش سالم ارتباط با دیگران نیست. کار درست این است که احساسات خودتان را بپذیرید و بفهمید که دچار خشم شده‌اید. وقتی متوجه احساسی که در درونتان به جوش آمده شدید باید شجاعانه آن را کنترل کنید. شما اسیر احساسات خود نیستید. اگر برای خودتان محدودیت قایل شوید و آن را بر سر دیگران تلافی نکنید واکنش سالم‌تری نشان خواهید داد.

## چگونه کودک را متوجه یک اشتباه کنید

شما مسئول هدایت و آموزش فرزندتان هستید. بنابراین لازم است به شیوه مناسب با بد رفتاری کودک برخورد کنید. پس از آنکه آرام شدید می‌توانید به شیوه مناسب در مورد مشکل پیش آمده حرف بزنید.

زمان مناسب برای حرف زدن درباره مشکل هر زمانی است که شما آگاهانه، بدون هیجان و تعصب بتوانید وارد گفتگو شوید. این زمان می‌تواند پنج دقیقه بعد از مشکل یا یک روز بعد از آن فراهم شود. مهم این است که مطمئن باشید واکنشی که نشان می‌دهید منطقی و مسئولانه است.

یادتان باشد در عشق بدون قید و شرط کودک و والد هر دو برنده خواهند بود اما کسی که می‌تواند خشم‌اش را کنترل کند و عشق بورزد حتماً یکی از بهترین مادرها یا پدرهای دنیاست. روزی فرزندتان قدردان هوشیاری و آگاهی شما خواهد بود.

## ۰۰۰ روش‌های شگفتی کودک

### شیوه درست بازی با کودک

بازی نیاز یک کودک است؛ چه برای رشد جسمی و چه روحی و اجتماعی، بچه‌ها محتاج بازی کردن هستند اما خیلی از والدین شیوه درست بازی با کودک را نمی‌دانند.

قبل از شروع بازی مدتی که می‌خواهید با او بازی کنید را بگویید. اجازه دهید او خودش بازی‌ها و نقش‌ها را انتخاب کند، حتی اگر بازی‌های تکراری انجام دهد.

هنگام بازی با خیالپردازی‌های کودک پیش بروید، حتی اگر در بازی کارکرد و نام وسایل را تغییر دهد. هنگام بازی لمس و تماس بدنی مناسب با او داشته باشید.

با این شیوه احساس توانمندی را از او سلب می‌کنید. از کلمات «باید و نباید» و «چرا» هنگام بازی استفاده نکنید. اگر هنگام بازی کودک کاری انجام داد که برای خودش یا وسایل یا شما آسیب‌رسان بود، محدودیت وضع کنید.

این محدودیت‌ها باید در کمتر از ۱۰ کلمه بیان شود. لحن شما هنگام گذاشتن محدودیت باید عاری از خشونت، ولی مقتدرانه باشد. یادتان باشد؛ بازی کردن با کودک فقط مسئولیت مادر نیست و پدر هم باید با کودک بازی کند.

## ۰۰۰ بچه‌ها و پاهای آنها

### کمبود خواب بچه‌ها را چاق می‌کند

اگر نگران سلامت جسمی و وزن فرزندتان هستید، بد نیست بدانید که فقط غذا و میزان فعالیت بر چاقی و اضافه وزن تأثیر نمی‌گذارد.

درباره بچه‌ها، خواب هم می‌تواند به اندازه غذا موثر باشد! تا حدی که اخیراً پزشکان انگلیسی هشدار داده‌اند که کمبود خواب خطر چاقی را در کودکان افزایش می‌دهد.

آنها در آخرین مطالعات خود به بازبینی ۴۲ تحقیق که شامل بیش از ۷۵ هزار کودک بوده پرداختند.

آنها مشاهده کردند کودکانی که کمتر از میزان توصیه شده می‌خوابند وزن بیشتری دارند و همچنین آنان ۵۸ درصد بیشتر احتمال دارد دچار اضافه وزن یا چاقی شوند.

داشتن اضافه وزن می‌تواند به بیماری قلبی عروقی و دیابت نوع دو منجر شود که موارد ابتلا به آنها در کودکان بیشتر شده است.

به گفته این محققان، یافته‌های بدست آمده در این مطالعه نشانگر آن است که خواب می‌تواند فاکتور حائز اهمیتی در چاقی باشد.





امروز در تاریخ

## قزوین شاه نشین و هرات ولیعهد نشین ایران

۲۶ ماهه می ۱۵۵۷ شاه طهماسب یکم تصمیم گرفت که شهر قزوین پایتخت ایران شود. شاه طهماسب که ۵۴ سال سلطنت کرد اعلام کرده بود که پایتخت کشور پهناور ایران باید به یک فاصله از مرزهای غربی و شرقی باشد تا اخبار سریعاً واصل شود. از آغاز کار صفویان تا آن زمان، شهر تبریز پایتخت ایران بود. شاه طهماسب همچنین تصمیم گرفت که شهر بزرگ هرات، نظر به قدمت و اهمیت، ولیعهد نشین ایران باشد که چنین شد. پایتخت بودن قزوین بیش از ۴۰ سال طول نکشید و شاه عباس یکم پایتخت را به اصفهان منتقل ساخت تا مرکز کشور باشد. قزوین در طول تاریخ موردش پذیرای دو پانچنده معروف شد؛ همایونشاه امپراتور هندوستان و بایزید پسر سلطان سلیمان امپراتور عثمانی.

## دوگل ورفران دوم به موقع

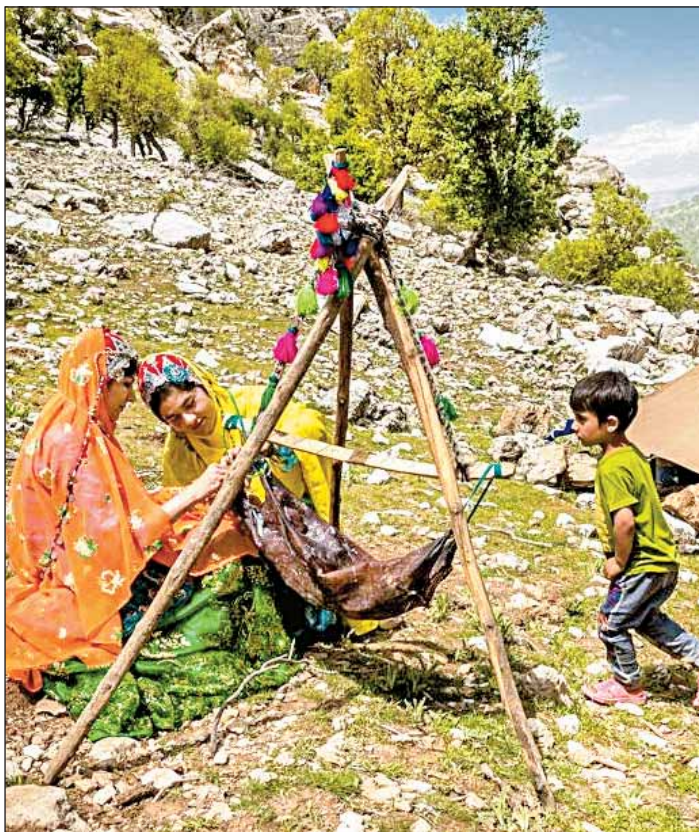
در این روز در ماه می ۱۹۶۸ و در پی سه هفته اعتصاب و تظاهرات خیابانی کارگران و دانشجویان فرانسه که مخالف برنامه اصلاحات شارل دوگل رئیس آن کشور از جمله تضعیف یا حذف سنای فرانسه بودند، وی اعلام کرد که نمی تواند اعتراض این شمار تظاهرکننده را نظر قاطبه مردم فرانسه نسبت به برنامه های خود بداند و تصمیم گرفته است که برای آگاه شدن از نظر اکثریت مردم، رفراendum برگزار کند. این رفراendum طبق برنامه انجام شد ولی اکثریت شرکت کنندگان در رفراendum با برنامه های اصلاحی دوگل مخالف کردند. به رغم مخالفت اکثریت فرانسویان، دوگل از نظر خود در مورد برنامه اصلاحات عدول نکرد و کنار رفت. اقدام دوگل مبنی بر کناره گیری یک عمل دمکراتیک بزرگ توصیف شده است که فصلی از تاریخ دمکراسی را تشکیل داده است.

## ییمان میان لندن و مسکو

در این روز در سال ۱۹۴۲ میان مسکو و لندن یک پیمان نامحدود همکاری دو جانبه که همه زمینه ها را در بر می گرفت به امضاء رسید. در باره لغو این پیمان یا اعلام انقضای اعتبار آن به امروز گزارشی انتشار نیافته است. میان این دو دولت در طول زمان پیمان های متعدد امضاء شده که عمدتاً به زبان برخی کشورها تمام شده اند از جمله قرارداد ۱۹۰۷ سن پترزبورگ دایره به تقسیم ایران میان آن دو دولت.

[www.iranianshistoryonthisday.com](http://www.iranianshistoryonthisday.com)

## قَابِ امروز



زنان و کار - چهار محال و بختیاری / عکس از: هادی نوید

## سرایه

خواهی چو خلیل کعبه بنیاد کنی  
و آنرا به نماز و طاعت آباد کنی  
روزی دو هزار بنده آزاد کنی  
به زان نبود که خاطری شاد کنی

ابو سعید ابو الخیر

زرگان

«بهترین راه برای رسیدن به خوشبختی این است  
که خودتان باشید.»

برناردشو  
«مردان بلند نام و با آوازه هرگز نمی میرند، زیرا  
که گورشان قلوب نسل های آینده است.»

تولستوی

چهل سال پیش...

تمامی مطالب از روزنامه اطلاعات روز پنجشنبه ۴ خردادماه ۱۳۵۷ (برابر با ۱۸ جمادی الثانی ۱۳۹۸، ۲۶ مه ۱۹۷۸) نقل شده است.

## زن نارنجک بدست ۸ نفر ادر کرج گروگان گرفت

بعد از ظهر روز دوشنبه دوم خرداد ماه جاری  
ماموران در بلوار رضا پهلوی خیابان روبروی  
دانشکده کشاورزی کرج دو نفر مظنون را مشاهده  
می کنند که به آنها اخطار می کنند تا خود را تسلیم  
کنند لکن آندو که یکی از آنها زن بود شروع به تیراندازی  
بسیوی ماموران می نمایند.

گزارش رسیده حاکیست ماموران که در تعقیب زن تروریست مورد بحث بودند خانه را در محاصره گرفته و زن فراری با مشاهده این وضع ساکنان این خانه را در حمام زندانی کرد و نارنجکی را آماده و کلیه چراغهای خانه را خاموش کرد و مجدداً تهدید کرد در صورتیکه ماموران دخالت کنند و یا هر گونه عملی که از سوی افراد خانه سرزند کلیه آنان را خه اهد کشت.

از نور خورشید برق گرفته می شود

وزارت مسکن و شهرسازی برای خرید ۵۰۰ دستگاه آبگرمکن خورشیدی، پیشنهادی، تسلیم سازمان صنایع نظامی کرد.

هر یک از آبگرمکن‌های خورشیدی ۳۵۰۰ تومان قیمت دارد و وزارت مسکن و شهرسازی تصمیم دارد این آبگرمکن‌ها را در ساختمان‌هایی که در شهرستان‌ها خواهد ساخت نصب کند.

سازمان صنایع نظامی اکنون ۳۰۰ دستگاه از آبگرمکن‌ها و اجاق‌های خورشیدی تولیدی خود را در شهرک سرخه‌حصار (شهرک خورشیدی) بکار گرفته است و ساکنان شهرک با استفاده از آبگرمکن خورشیدی، آب گرم مورد نیاز خانه‌های خود را تامین می‌کنند و غذای خود را نیز با اجاق‌های خورشیدی می‌پزند.

مرکز صندوق کشاورزی او یک در تهران مستقر می شود

خبرگزاری فرانسه از وین گزارش داد وزیران دارائی عضو «اوپک» مدت جلسات خود را یک روز کوتاه کردند و اعضای اوپک درباره ماهیت فوری کوتاه کردن اجلاس خود توضیح ندادند.

این گفتگوها وزرای دارائی سیزده کشور عمده صادرکننده نفت پیرامون ارزهای خود در بازارهای ارز جهان تبادل نظر نمودند از این نظر بخصوص ارزهای ایران و عربستان مورد بحث قرار گرفته بود.

باید افزوده که ماه گذشته در یکی از جلسات پول ارزهای ایران و عربستان سعودی به‌عنوان دو ارز از ارزهای شانزده‌گانه «حق برداشت مخصوص» این صندوق پذیرفته شدند. به این ترتیب این دو ارز جانشین پول آفریقای جنوبی و کرون دانمارک گردیدند.

در خبری که پس از کنفرانس انتشار یافت اظهار می‌شود که اعضای سازمان اوپک از تشکیل یک صندوق بین‌المللی برای توسعه کشاورزی بسیار خوشنودند بر اساس این اعلامیه کشورهای عضو اوپک نقش عمده‌ای در این صندوق بر عهده دارند و در همین اعلامیه خواسته شده مرکز این صندوق بایستی در تهران باشد.

## هزاران نفر تیم ملی را بدرقه کردند

تیم ملی فوتبال ایران، سفر بزرگ خود را برای شرکت در مسابقات فوتبال جام جهانی آرژانتین، در حالی که هزاران نفر از مردم ورزش دوست به بدرقه آنها رفته بودند، آغاز کردند.

اعضای محرز تیم، ذخیره‌ها و آخرین خط خورده‌ها ساعت ۱۰ صبح امروز، همراه مربی‌ها و دیگر مسئولان بایک‌هواپیمای اختصاصی جت ۷۰۷ مهرآباد راه قصد کوردو با ترک کردند.

هواییمای حامل تیم ملی پس از سوخت گیری در مادرید، به سنگال خواهد رفت و بچه‌ها در سنگال استراحت خواهند کرد.

هو ایما ساعت ۹ صبح فردا سنگال را ترک خواهد گفت و ساعت ۳:۴۵ دقیقه بعد از ظهر (بوقت کوردوبا) به آرژانتین خواهد رسید.

جدول شرح در متن ۴۷۰۸

شایسته پاداش اخروی	ورزش پر افتخار ایران	سافر ساختمان مرتفع	علامت جمع				شهر زیارتی عراق
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
ث							
جمله دستوری			گوشه خلوت نوعی شیرینی	↓			
		لطیفه	↓				
		سنگی سخت					
نیمه دیوانه	↓	خوب	↓				از بین رفتن: هدر
آب صفر درجه	↓	معموله					
		↓	مقوی نازک	↓			
			مکیدن	↓			
گوشت بریان							
فیلبوس کبیر	↓		جاهی در جنم	↓			
جزیره جنوبی	↓		وسيله را توجیه نمی کند	↓			
سنگریزه							
↓	جزیره استان هرمزگان	زمان فرنگی	حفاظ راه پله	↓			
با آب پاک کردن	↓	↓	↓				
فراوان							
↓							
نان آبگوشتی	↓						
نام زنانه							
ف							

## سو دو کو

						1		
		3					4	
			1	8		6		9
9			5		2	4	1	
4				6				7
	3	8	7		4			2
8		6		5	7			
	1					8		
		4						

1	5	4	3	7	8	6	2	9
6	2	9	1	5	4	3	7	8
3	7	8	6	2	9	1	5	4
4	1	5	8	9	3	7	6	2
7	3	6	4	1	2	8	9	5
8	9	2	5	6	7	4	1	3
2	4	1	7	8	5	9	3	6
5	6	3	9	4	1	2	8	7
9	8	7	2	3	6	5	4	1

حل ۲۱۹۴